# મહા … કાનો પ્રવાસ



## ડૉ … શાસ્ત્ર.

લે … લાલ.

ઈ. એમ … એ. ( ન્યુયૉર્ક )

ક્ષયરોગ," … સ્ત્ર," "આરોગ્ય સાચ-

વવાના ઉપ … ફાયદા," "તમાકુનું

દુઃ … —વિસનગર.

લે … વકીલ.

મુ. વિસનગર.

શ્રી ડાયમં … દેવીદાસ છગનલાલે

… વાદ.



આવૃત્તિ ૧ … ૭૬. સને ૧૯૨૦.

ગ્રંથ સ … ાન રાખ્યા છે.

# મારો પાશ્ચાત્ય પ્રદેશો ( યુરોપ-અમેરિકા )માં પ્રવાસ અને તે દરમિયાન ઉઠેલા વિચારો.

( લી. ડૉક્ટર મહાદેવપ્રસાદ, ઇ. એમ, ઇ; એન. ડી. )
મહેરબાન "ધન્વન્તરિ" ના સંપાદક ને તંત્રી.

સેવામાં વિનંતિ એ છે કે ધન્વન્તરિના ચાલુ વર્ષના જાન્યુઆરી ફેબ્રુઆરી માસના ભેગા અંકમાં મેં એક પુત્ર તરિકે પિતાને લખેલા પત્રો પ્રસિદ્ધ થયેલા જોઇ મને કેટલીક તાજુબી થઈ. એ પત્રો મેં લખ્યા તે વખતે મારા ખ્યાલમાં મુદ્દલ નહોતું કે તે છપાઇને જાહેર પ્રજા સન્મુખ મુકાશે, કારણ કે છપાયલા પત્રમાં ( જુઓ પૃષ્ઠ ૫૬ ) મેં સ્પષ્ટ લખ્યું હતું કે "ધન્વન્તરિ માટેના લેખ બે ત્રણ દિવસમાં સ્વચ્છ અક્ષરે લખીને હું ટપાલમાં રવાના કરીશ." અને તે પ્રમાણે મેં "**યૌવન અને વાર્ધક્ય**", "**સંપત્તિ અને સુખ,**" "**વિજ્ઞાનની વૃદ્ધિ,**" ઇત્યાદિ લેખો છાપવા માટે મોકલી આપ્યા હતા. મારા પ્રવાસનો વૃત્તાંત જરા બીજા સ્વરૂપમાં લખવાનો અને છપાવવાનો મારો વિચાર હતો, અને તેમાંથી "**મને મ્હારા હૃદયના ઉભરા શબ્દો બહાર કાઢવાનું બહુજ ઓછું ગમે છે, છતાં એટલું તો આપને ખાસ જણાવું છું કે જેમ જેમ વધારે વૈભવનાં સાધનો હું મારી આસપાસ જોઉં છું તેમ મારાં વહાલાં કુટુંબીઓ મને વધારે સાંભરે છે, અને વૈરા-**

**અના વિચારે ઉલટા મને વધારે આવે છે. વૈભવો મને પોતાની જાતને માટે પ્રિય નથી, પણ મારાં કુટુંબીઓ જેને તે વહાલા લાગે તેમને માટે મેળવવા ગમે છે. બાકી મને તો વહાલામાં વહાલું હરિનામ અને તેથી ઉતરતી મારી વિદ્યાની ચોપડીઓ એજ છે.”**–આવાં આવાં વચનો, અને પોલી દાઢ વડે ખોરાક ચાવવાથી એ દિવસ ભોગવવી પડેલી વેદનાનું વર્ણન, વગેરે બાબતો કાઢી નાંખવાનો મારો ઇરાદો હતો. કારણ કે તે અંગત બાબતો છે. હું પીડા ભોગવું, અગર તો મારાં કુટુંબીઓને ચાહું, અને તેમને સુખી કરવા હોંશ ધરાવું, તે બાબત સાથે જાહેર પ્રજાને કાંઇ નિસબત નથી, અને તેમાં તેમને કાંઇ રસ પણ પડે નહિ, એમ મને લાગે છે. મારા દેશબંધુઓ અને ભગિનીઓને જે અગત્યનું છે તે એજ કે, ગમે તેવી અંગત વિટંબણાઓ અને દુઃખો વેઠીને પણ દેશને લાભ થાય તેવું જ્ઞાન કે માહિતી હું તેમની સેવામાં રજુ કરી શકું છું કે કેમ? અને મારાં નજીકનાં કુટુંબીઓને સંતુષ્ટ કરવા ઉપરાંત **“પરમેશ્વરની આ પ્રજા છે સઘળો સંસાર”** (કવિ દલપતરામ) તે વિશાળ કુટુંબ તરફના મારા ઋણમાંથી કંઇપણ વળતર વાળવાનું સાધન મને પ્રાપ્ત થયું છે કે નહિ? આ બાબતોમાંજ ધન્વન્તરિના સુજ્ઞ વાંચકો અને જાહેર પ્રજા રસ લેઈ શકે, એમ મને લાગતું હતું, અને લાગે છે. છતાં મારા ઉપર જણાવેલા પત્રો જાહેર પ્રજા સંમુખ મુકવાનું આપને વાજબી જણાયું તો તે સામે કોઇ પણ જાતનો વાંધો લેવાનું મને હવે કંઇ કારણ નથી. ઉલટું એક મિત્ર મને લખી જણાવે છે કે મારા તે પત્રો **“આર્ય પ્રકાશ”** માં પ્રથમ વાર વાંચવાથીજ તેમને ખબર પડી કે હું ઇંગ્લંડ સુધી સુરક્ષિત પહોંચી ગયો છું. આ વાંચીને મને એટલો સંતોષ થયો કે ઉતાવળમાં લખી કાઢેલા મારા

તે પત્રોમાં સામાન્ય અને જાહેર પ્રજાને પણ રસ પડે અને કામ લાગે તેવાં તત્ત્વો આવી શક્યાં હતાં. અને જો તેમ બન્યું હોય, તો પછી મારા તે પત્રો પ્રસિદ્ધ કરવા માટે આપનો અને શ્રી "આર્ય પ્રકાશ" ના સંપાદક મહાશયનો ખરેખર ઉપકારજ માનવો ઘટે છે.

ઉપર પ્રમાણે પ્રસિદ્ધ થઈ ગયેલા મારા પત્રો વાંચીને રા. રા. જટાશંકરભાઈ ઇશ્વરચંદ્ર નાન્દી, વકીલે મને પાટણથી એક લાંબો પત્ર અહિં અમેરિકા લખ્યો છે જેમાં નીચેના શબ્દો પણ છે: "તમારો મુસાફરીમાં લખેલો પત્ર છપાયલો જોયો, લક્ષ તુરત ખેંચાણું અને પ્રેમથી વાંચ્યો અને કેટલાંક વાક્યે જે આનંદ આપ્યો તેનું વર્ણન કરવું સહેલ નથી. પરંતુ આનંદનું અજીર્ણ થાય તેમ નથી. કેટલીક હકીકત આશ્ચર્ય ને સખેદ અંતઃકરણે વાંચી છે. **સને ૧૯૦૮ ૧૯૦૯ નો ફળાહારી જેણે તે વર્ષોમાં ધન્વન્તરિ માસિકમાં સુંદર લેખો લખી ગુજરાતી વાંચક વર્ગનું ફળાહારના અસંખ્ય લાભ તરફ પ્રથમ લક્ષ ખેંચવાનું માન મેળવ્યું છે, અને જેના તેજ લેખોએ મારી સાથે પ્રથમ ઓળખાણ કરાવી** છે,તેજ ફળાહારી બારે વર્ષે સન ૧૯૨૦ માં સ્વાદિષ્ટ ફળો ને મેવાના ભંડારમાં અરધો ભુખ્યો કેમ રહ્યો ? એ વિધિની વિચિત્ર ઘટના ઓછી ખેદજનક નથી. અમેરિકામાં રહો ત્યાં સુધી ફળાહાર ઉપરજ નિર્વાહ કરવાની આગ્રહપૂર્વક મારી તમને ભલામણ છે, કારણ કે દેશને તમારા લાંબા આયુષ્ય અને આરોગ્યની બહુ જરૂર છે." વગેરે.

ઉપર પ્રમાણેની શંકાનો પ્રત્યુત્તર મેં મારા સજ્જનમિત્રને નીચે પ્રમાણે લખી મોકલ્યો છે:—"મારી પુણ્યભૂમિ (વિદેશોનો અનુભવ લીધા પછી આ નામ ભારતવર્ષને કેટલું બધું લાયક છે તે બરાબર

સમજીનેજ લખું છું ) નો કિનારો મેં છોડયો તે પછી કર્તવ્યમાં બરાબર સાવધાન થવા પ્રેરે એવા જુજ પત્રો જે મને આજ સુધીમાં મળેલા છે, તેમાં તમારો પત્ર અગ્રસ્થાન લે છે. વિદેશમાં આવા પત્રો ઘણા પ્રોત્સાહક નિવડે છે, અને તેથી તે લખવા માટે તમારો આભાર માનું છું. નૈસર્ગિક જીવનના લાભ સ્વતઃ અનુભવી, તેના મૂર્તિમંત દૃષ્ટાંત રૂપ બની, અજ્ઞાનમાં અથડાતી અને વ્યાધિવેદના—અકાલ જરા મરણથી રીબાતી આપણી પ્રજાના પયાણપથ પર ઇશ્વરદત્ત સોનેરી પ્રકાશ પાડવા ભાગ્યશાળી થવા આપણે કેટલાંયે વર્ષોથી પ્રયત્ન કરી રહ્યા છીએ. છતાં હૃદયને સંતોષ થાય એટલો વિજય આપણામાંથી કોઇને હજુ મળી શકયો નથી. પરંતુ સ્વ. કલાપિ કહે છે તેમ 'પાસા નાંખે જનો સર્વે—ફળ દેવું હરિહાથ છે.' આપણો ઉદ્દેશ એક હોવાથી તમારો વિજય તે મારો વિજય છે, અને મારી સફળતા તે તમારી પણ સફળતાજ છે. કમનસીબે આપણી પૂર્વની વર્ણાશ્રમ પ્રણાલિ મોટે ભાગે નષ્ટ થયેલી હોવાથી કેવળ અને સંપૂર્ણ નિઃસ્વાર્થ પણે કામ કરવાની આપણી ઇચ્છા હોવા છતાં કુટુંબના નિર્વાહ અર્થે આપણને દ્રવ્યોપાર્જન રૂપ વૈશ્ય વૃત્તિમાં અનિચ્છાએ ઉતરવું પડે છે, અને તેને લીધે આપણાં કાર્યમાં જોઇયે તેટલું સત્ત્વ અને તેજ દેખાઇ શકતાં નથી......ફળ અને મેવાની વિપુલતા છતાં હું સ્ટીમર ઉપર 'અરધો ભૂખ્યો' કેમ રહ્યો ?—એવી તમને શંકા થાય એ સ્વાભાવિક છે. પરંતુ Table etiquette ( ટેબલ એટીકેટ અથવા ભોજન સમયનો શિષ્ટાચાર ) તેનું કારણ હતો. બીજા ખોરાકથી પેટ તડાતુમ ભરી દીધા પછી જ્યારે બીજા બધાઓ છેવટે મુખ શુદ્ધિ કરવા ખાતર જાણે ખાતા હોય તેમ Dissert ( ડિઝર્ટ ) તરિકે ફળ કે મેવો ખાવા લાગે ત્યારેજ આપણાથી પણ ફળ ખાવાનું શરૂ

કરી શકાય, અને તેમાં પણ બદામ, અખેાડ, વગેરે Nuts-કઠણ મીજો અને નારંગી સફરચન વગેરે ફળ જે આખાંજ ટેબલ પર મૂકવામાં આવેલાં હેાય છે તેને પેાતાનેજ હાથે Nut-cracker સાંણશી વડે ફેાડી કે ચાંદીની છરી વડે અમુક પદ્ધતિથીજ કાપીને ખાવાં જોઇયે એવેા રિવાજ છે. અને બીજા ખાઇ રહે એટલે આપણે પણ ઉઠીને ચાલવા માંડવુંજ પડે. તેથી ફળ મેવેા જોઇયે તેટલેા મેાંઢા આગળ પડેલેા હેાય છતાં અરધા ભૂખ્યા રહેવું પડે એ વાત તમે સમજી શકશેા. પેલી બીલાડી અને બગલાની વાત તમને ખબર છે. ખીર તેા ખૂબ સ્વાદિષ્ટ હેાય પરંતુ બગલાને તે છાછરા થાળમાં પીરસવામાં આવે, અને બીલાડીને સાંકડા મેાંઢાની શિરેાહી કે બરણીમાં પીરસવામાં આવે, અને તેમની જેવી વલે થાય તેવી આપણી સ્થિતિ કલ્પી લેજો. આવાં કારણથી એકલા ફળાહાર ઉપર નિર્વાહ કરવાની સ્ટીમર ઉપર અનુકૂળતા મને મળી નહિ. પાશ્ચાત્ય લેાકેાના રિતરિવાજથી બરાબર માહિત થઇને હવે હિંદુસ્તાન તરફ પાછી સફર કરવાનેા સુયેાગ જ્યારે આવશે ત્યારે ફળાહાર કરવાની વ્યવસ્થા કરી લેવાનું મને વધારે અનુકૂળ પડશે. બાકી ધનાઢ્ય લેાકેાની વાત બાદ કરતાં સામાન્ય લેાકેાને આ ડુક્કર આદિના માંસ અહારી દેશેામાં અન્નાહારીજ રહેવું કેટલું બધું મુશ્કેલ પડે છે, તે અહિ આવ્યા હેાય તેજ જાણે." વગેરે.

હું આગળ જણાવી ગયેા તેમ મારા પ્રવાસનેા વૃત્તાંત જરા વધારે વ્યવસ્થિત રૂપમાં લખીને છપાવવાનેા મારેા ઈરાદેા હતેા, પરંતુ હવે તેા છપાઇ ગયેલી વાતેા અને બીનાએા ફરી લખવી એ વાજબી ગણાય નહિ. તેથી નિબંધ જેવી વ્યવસ્થિત વિચારની ગુંથણી કરવાને બદલે હિંદુસ્તાન છેાડયા પછી જે જે કંઈ મારા જોવા જાણવામાં આવ્યું,

અને વિવિધ પ્રસંગોએ જે જે વિચારો મારા મનમાં સ્ફુરી આવ્યા હતા, તેનું અત્યારે સ્મરણ કરતાં જે જે અત્યારે મનમાં ઉપર તરી આવે છે, તે તે તેવાને તેવાજ સ્વરૂપમાં અત્રે લખી દેવાની રજા લેઉં છું, અને જો તેમાંથી યત્કિંચિત્ જાણવા અને આચરવાં જેવું વાચકોને જણાય તો હું મારા પરિશ્રમને સાર્થક સમજીશ.

મુબાઇનું બંદર છોડી અમારી સ્ટીમર રાત્રે દશેક વાગે ઉપડી ત્યારે કૃષ્ણ એકાદશી હોવાથી ચોમેર અંધારૂં હતું, ફક્ત શહેરના દીવાઓ અને ઉંચાં મકાનોને આધારે અમે સમજી શક્યા કે મુંબાઇના પૂર્વ તરફના કિનારેથી ફરીને અમે પશ્ચિમ તરફ પ્રયાણ કરી રહ્યા હતા. બીજા દીવાઓ સ્થિર હતા પરંતુ કોલાબાની દીવાદાંડીનો પ્રકાશ ધીરે ધીરે ગોળ ફરતો હોય છે તેથી દૂરથી અમને અદૃષ્ય થઇ જતો જણાતો હતો. આવી દીવાદાંડીઓને આધારેજ વહાણવટીઓ અંધારામાં છુપાયલાં ભયંકર ખડકો સાથે અથડાતાં બચી શકે છે. આ સંસારસાગરમાં કેટલાંયે ભયંકર ખડકો અજ્ઞાનના અંધકારમાં છુપાયલાં છે, અને છતાં અત્યંત દિલગીરીની વાત છે કે તેવા ખરાબાઓ સાથે કેટલાંએ આશાભર્યાં જીવનો પ્રતિદિન અથડાઇને નાશ પામે છે, છતાં ભવિષ્યમાં બીજા મુસાફરોની તેવીજ બુરી દશા ન થાય માટે સર્વેનું સ્પષ્ટ રીતે ધ્યાન ખેંચાય અને ચેતવણી મળે તેવી દીવાદાંડીઓ જીવન રૂપી સમુદ્ર પર ઉભી કરવામાં આવી નથી. હાલમાં આપણા દેશમાં જો કોઇપણ એક વસ્તુની ઓછામાં ઓછી દરકાર કરવામાં આવતી હોય તો તે બાળકો અને સ્ત્રીઓની જીંદગી છે એમ મને લાગે છે, હિંદુસ્તાનમાં જેટલાં બાળકો મરણ પામે છે તેટલું બાળકોનું મરણપ્રમાણ આખી દુનિયાંમાં બીજે કયાંઇ પણ મળી શકે તેમ નથી. અને તેજ પ્રમાણે ૧૫ થી ૩૦ વર્ષની વયની સ્ત્રીઓ પૂર્ણ યૈાવન,

સૌંદર્ય, અને દાંપત્ય પ્રેમ-સુખથી પરિવેષ્ટિત હોવી જોઇએ તેને બદલે તે વયની સ્ત્રીઓનું મરણપ્રમાણ એટલું બધું વધારે અને ચોંકાવનારૂં છે કે તેની જોડ જગતમાં બીજે ક્યાંઇએ જડે તેમ નથી. અને સ્ત્રી જાતિનો હિંદુસ્તાનમાં થતો આ સંહાર તમારા ખ્યાલમાં લાવવા માટે એટલુંજ કહેવું બસ થશે કે, હિદુસ્તાનમાં પાંચ વર્ષની અંદરની વયના દર હજાર છોકરાઓ કરતાં તેટલીજ ઉમરની છોકરીઓનું પ્રમાણ (સરકારી વસતી પત્રકને આધારે ) ૩૮ છોકરીઓ જેટલું વધારે હોય છે. પરંતુ પાછળથી આખા દેશના પુરૂષોનું અને સ્ત્રીઓનું પ્રમાણ તપાસીએ છીએ તો એમ માલુમ પડે છે કે દર ૧૦૦૦ પુરૂષે માત્ર ૯૫૪ સ્ત્રીઓજ જીવતી રહેવા પામી હોય છે. પરદેશીઓ કહે છે કે હિંદુઓ પથરાઓને પૂજે છે, પરંતુ તેમનું આ કહેવું મને વાસ્તવિક લાગતું નથી, કારણ કે હાલમાં તો આપણામાં પિશાચ પૂજા પ્રવર્તિ રહેલી જણાય છે. અને તેમાં જે મોટામાં મોટો પિશાચ કે રાક્ષસ હાલમાં પૂજાય છે તે **બાળલગ્ન** છે. આ ભયંકર રાક્ષસના ચરણમાં દરરોજ લાખો નિર્દોષ અને અનાથ કન્યાઓ તથા માતાઓનાં બલિદાન આપણે આપી રહ્યા છીએ, સ્ત્રીઓનું મરણ પ્રમાણ વધારેમાં વધારે પંદર અને વીશ વર્ષની વયની વચ્ચે આપણા દેશમાં જોવામાં આવે છે. અને તે માટે બાળલગ્ન સિવાય અન્ય કાંઇ ખાસ કારણભૂત હોય એમ મને દેખાતું નથી. અને તેથી જો બાળલગ્ન અટકાવવામાં આવે તો પછી છોકરાઓના કરતાં છોકરીઓ કે સ્ત્રીઓનાં આ વયે મરણ મુદ્દલ વધારે નજ થવા પામે એમ ચોખ્ખું દેખાઇ આવે છે. સ્ત્રીઓના અધિક મરણ પ્રમાણ અને તેને લીધે તેમની ઓછી સંખ્યાને લીધે હાલમાં આપણા દેશમાં લાખો અને કરોડો પુરૂષોને ફરજીયાત કુંવારા રહેવું પડે છે, અને આવું અનિચ્છાનું કુંવારાપણું એટલે મોટે ભાગે દુરાચાર,

પાપ, અને ભયંકર ચેપી રોગોનો પ્રજામાં પ્રસાર, એજ નક્કીપણે જાણી લેવાં. કન્યાઓને નાની ઉમરે પરણાવી કાંતો વીશવર્ષ પહેલાં તેમને મારી નાંખવી, અગર તો વિધવા બનાવી સંસારને માટે ફરજિયાત રીતે નિરૂપયોગી બનાવવી, એવું ઘણી મોટી સંખ્યાની બાબતમાં બાળલગ્નને પરિણામે હાલમાં બને છે તે અટકાવવું આપણા પોતાનાજ હાથમાં છે. “પરંતુ બીજાઓ પિશાચ પૂજા કરે અને આપણે તેમાં શામિલ ન થઇએ તો આપણી નિંદા થાય” એવા બાયલા ( અરે બાયડીઓને કદી ન છાજે તેવા ) નિર્માલ્ય વિચારથી આપણે આ ભયંકર સંહારમાં ભાગીદાર બનીયે છીએ, વાજાં વગાડીએ છીએ, અને જમણ વારો જમીએ છીએ, અને અવાક સબળા જાતિનાં દુઃખ અને નિઃશ્વાસને ધ્યાનમાં લેતા નથી. મહાત્મા મનુ કહે છે કે જ્યાં સ્ત્રીઓ દુઃખ પામતી હોય છે, અને તેમની કોઇ દાદ ફરિયાદ સાંભળતું નથી ત્યાં દૈવનો કોપ ઉગ્ર સ્વરૂપમાં ઉતરી આવે છે. આવા દૈવી કોપનાં દર્શન વર્તમાન ભારતવર્ષમાં થવાનાં શું હજુ બાકી રહ્યાં છે? દૈન્ય, દારિદ્ર, દુષ્કાળ, અને દરદોનું સામ્રાજ્ય આપણા દેશમાં એટલું તો કમકમાટ ઉપજાવનારૂં છે કે વેદ અને ઉપનિષદ કાળનો નંદનવન જેવો આપણો દેશ હાલમાં સરખામણીમાં સ્મશાન સમો લાગે છે, અને છતાં હજુ આપણી આંખો બરાબર ઉઘડતી નથી. શિવ! શિવ! અરે! કોને ખબર છે કે આવી અંધા ધુંધી હજુ કયાં લગી ચાલુ રહેશે?! સ્ત્રીઓનાં યુવાવસ્થામાં આટલાં બધાં મરણો, અગર તો વૈધવ્યદશાને પ્રાપ્ત થવું, એજ કન્યાવિક્રયના કેર, બાળહત્યાઓ, વ્યભિચારો, ત્રણ ચાર પેઢી સુધી ભયંકર ખરાબી કરનાર ઉપદંશ–ચાંદી ટાંકી અને પ્રમેહ જેવા નિંદ્ય રોગો, અને એકંદરે નિર્માલ્ય પ્રજાનું કારણ છે. અને

આ સર્વેનું અગત્યનું કારણ બાળલગ્ન છે એમ હું કહી ગયો છું. બાળલગ્ન સિવાય પણ બીજું એક અગત્યનું કારણ સ્ત્રીઓની અવદશા કરનારૂં આપણી અંદર રહેલું છે; અને તે એ છે કે મનુષ્ય જાતિમાં જન્મ પામતી વખતેજ જન્મ સિદ્ધ હક્ક જે દરેક બાળકને કન્યાને તેમજ કુમારને–મળેલો હોય છે, તે હક્ક કન્યાઓ અને સ્ત્રીઓની પાસેથી આપણે ઝુંટાવી લેઇ તેમને પશુની સ્થિતિમાં મુકવા પ્રયત્ન કરીએ છીએ. કારણ કે ભર્તૃહરિ કહે છે તેમ સાહિત્ય, સંગિત, કલા ઇત્યાદિથી વિહીન મનુષ્ય તે મનુષ્ય નહિ પણ પુચ્છ વગરનું સાક્ષાત પશુ છે. **मन्** ધાતુ ઉપરથી મનુષ્ય શબ્દ બનેલો છે એ બતાવે છે કે કેળવણી વડે જેનું મન વિશાળ બની, ખીલીને, ઉચ્ચ વિચારોના પ્રદેશમાં રમણ કરી શકે છે, મનન કરી શકે છે, તેનેજ મનુષ્ય કહી શકાય. આપણી સ્ત્રી જાતિયે આવા જન્મ સિદ્ધ વારસાથી વિમુખ રાખીને આપણે તેમને બિચારાંને પશુતુલ્ય રહેવા ફરજ પાડીએ છીએ, અને તેના બદલામાં આપણને બ્રાહ્મણો અને ગોરો આશીર્વાદ આપે છે કે "**પશુપુત્ર લાભમ્**" તમને પશુ જેવા પુત્રો પ્રાપ્ત થજો !! સ્ત્રીઓના રોગો અને મંદવાડની સારવાર પુરૂષોના જેટલી થતી નથી, એવો મારો પોતાનો દાકતર તરીકેનો અનુભવ છે, કારણ કે સ્ત્રીઓની જીંદગીની કિંમતજ ઓછી આંકવામાં આવે છે, અને તેમાં વળી કેળવણીના અભાવે તેમની કિંમત તેથીયે ઓછી થયેલી હોય છે; એટલે તે સાજી થાય તો ઠીક નહિ તો બીજી નવી કયાં નથી પરણાતી ? તેમાં વળી કેટલીક જ્ઞાતિઓમાં તો નવી વહુ મળે એટલુંજ નહિ પણ ઉપર સારી પહેરામણિ પણ પ્રાપ્ત થાય. પરંતુ કન્યાઓની આવી છત વાળી જ્ઞાતિઓ અને પુરૂષોને બાદ કરીએ, અને કન્યાઓની મોટી અછતને લીધે જ્યાં કન્યા

વિક્રય મોટા પ્રમાણમાં ચાલે છે, અને જ્યાં પૈસા આપી ખરીદ્યા સિવાય પરણવા માટે સ્ત્રી મળી શકતી નથી, ત્યાં પણ સ્ત્રી જાતિનું ગૌરવ કે તેમના તરફનો ખરો પ્રેમ કે લાગણી ભાગ્યેજ હોઇ શકે, કારણ કે આવા દાખલામાં પુરૂષ સ્ત્રીને એક વ્યાપારની ચીજ તરીકેજ બહુધા લેખી શકે છે. આવાં આવાં કારણોને લીધે જ્યાં ત્યાં પત્નીને પોતાના પતિ તરફથી તોછડાઇ ભરેલું વર્તન, બેદરકારી, પ્રસંગોપાત માંદા અને પોતાના શારીરિક,સ્વાતંત્ર્ય ઉપર પણ અત્યાચાર સહન કરવાં પડે છે. દાક્તર તરિકેના મારા ધંધાના અનુભવને આધારે તેમજ અભ્યાસને લીધે પણ હું કહી શકું છું કે, પોતાની શારીરિક નિર્બળતા, રોગ, અને પૂર્વની સુવાવડોના કડવા અનુભવને લીધે કેટલીકે સ્ત્રીઓ નવાં બાળકોને જન્મ આપવા મુદ્દલ ખુશી હોતી નથી, અને વૈદકીય દૃષ્ટિથી પણ તે સગર્ભા બને તે તેને પોતાને માટે તેમજ ભાવિ પ્રજાને માટે તદ્દન નહિ ઇચ્છવા જોગ હોય છે, છતાં તે ગંભીર જવાબદારી જોર જુલમથી તેના પર નાંખનાર પતિ ઘોર પાપ અને અત્યાચાર નથી કરતો એમ કોણ કહી શકે છે? પરંતુ સ્ત્રી જાત બિચારી પરવશ અને અબળા એટલે તેનાં દુઃખ કોણ ધ્યાન પર લે છે! સ્ત્રી જાતિને આપણે પશુની પાયરી પર લાવી મુકી છે, એવાં મારાં વચનો વાંચી ઘણા લોકો મારા ઉપર ચિડાશે પરંતુ નિષ્પક્ષપાત પણે વિચાર કરનારને મારા શબ્દોમાં રહેલું સત્ય જરૂર જણાશે. આપણા સાહિત્યમાંથી પણ આ વાતનાં ઘણાં પમાણો મળી શકે છે. દાખલા તરિકે કવિ **શામળ ભટ્ટ** એક સ્થળે લખે છે કે: "**શામળ** નારિ નરકની ખાણ." બીજી એક આપણામાં કહેવત છે કે: "ધ્યાન્ય, ઢોર, ઢોલ અરૂ નારિ; એ સબ તાડન કે અધિકારી." અર્થાત્ જેમ ઝુડવાથી ધ્યાન્યનાં ડુંડાંમાંથી

અનાજના કણ બહાર નિકળે છે, મારવાથી ઢોરને હાંકી કે હોડી શકાય છે, ડંડા ઠોકવાથીજ ઢોલ વાગી શકે છે, તેવીજ રીતે સ્ત્રી પણ માર વડેજ પાંશરી રહી શકે છે. વળી "મુધે નાર પાધરી" લોકોક્તિ પણ જાણીતી છે. એ વાત ખરી છે કે હાલમાં જાહેરમાં કોઇ આ સિદ્ધાંતની હિમાયત જીભ કે કલમ વડે કરતું નથી, છતાં તે નિયમ પ્રમાણે ઓછા વધારે પ્રમાણમાં વર્તન થતું જ્યાં ત્યાં જોવામાં આવી શકે છે. ગમે તેમ પણ સ્ત્રી જાતિ તરફનું હાલનું આપણું વર્તન એવું છે કે કોઇ પણ સભ્ય કે સુધરેલી પ્રજા આગળ આપણને શરમાવુંજ પડે. બાળકોની સંભાળ અને સ્ત્રી જાતિના ઉદ્ધાર માટે યુરોપ અને અમેરિકામાં કેવી ઉત્તમ પ્રવૃત્તિ ચાલી રહેલી છે તે લખવાનું મને બહુ મન થઇ આવે છે, પરંતુ હાલ તો આ બાબતમાં આટલેથીજ મારી કલમ અટકાવ્યા વિના છુટકોજ નથી. કે મારી મુસાફરીનું વર્ણન તો હજુ હું કોલાબાની દિવા દાંડી સુધી જ આવ્યો છું!! વાંચક કહેશે કે કેટલું બધું વિષયાન્તર! પરંતુ મારા મહેરબાન, મેં આરંભમાં જ ખુલાસો કર્યો છે કે ઉતાવળમાં લખેલા મારા પત્રો છપાઇ ગયા ત્યારથીજ તે પ્રકારનો આરંભ થઇ ગયેલો છે, તેથી હવે કોઇ વ્યવસ્થિત નિબંધના રૂપમાં મારા પ્રવાસનું વર્ણન લખવાને બદલે મનમાં ખાસ ઉપર તરી આવતા વિચારો જ હું જેમના તેમ અત્રે લખી દેવા ધારૂં છું.

દીવા દાંડીથી અમારી સ્ટીમર આગળ ચાલી એટલે મુંબાઇ પાછળ રહી ગયું અને ગાઢ અંધકાર અમારી આસપાસ સર્વે દિશામાં પ્રસરી રહ્યો, એટલે દર્શન ઈંદ્રિય–ચક્ષુનું કામ બંધ પડયું. પરંતુ હજુ શ્રવણેંદ્રિયને સમુદ્રનાં મોજાંની છોળોનો અને સ્ટીમરનાં ચાલતાં એંજીનોનો એક સરખો સતત અવાજ સંભળાયા કરતો હતો, અને

મનમાં ચિત્ર વિચિત્ર વિચારો અને લાગણીઓને સ્ફુરાવતો હતો; તેમાં તરતજ છોડેલાં મારાં કુટુંબીઓ, મિત્રો, અને મારો દેશ એમને હમેશાં અગ્રપદ મળતું હતું. આખરે એકને એકજ જાતનો અવાજ સાંભળીને કાન પણ કંટાળ્યા, અને ઉભા રહીને પગ પણ થાક્યા, અને જો કે કંતાનની ખુરશી Deck Chair ત્યાંજ તુતક ઉપર તૈયાર પડેલી હતી છતાં મારી ઓરડી "કૅબીન" માં જવું જ મને વધારે પસંદ પડ્યું અને આખરે નિદ્રાદેવીના ખોળામાં શાન્તિ પ્રાપ્ત કરી.

બીજે સવારે હું અને મારા મિત્રો નિદ્રાવશ હતા એટલામાં તો પરોઢીએ નોકરે અમારી ઓરડીમાં આવી "ગુડ મૉર્નિંગ સર" કહી સલામ કરી અમારે ત્રણ જણ માટે ત્રણ પ્યાલા રકાબી, ત્રણ ચાંદીની ચમચીઓ, ગાળેલો ચા, ખાંડ અને દુધ એટલાં વાનાં એક થાળમાં મુકી આણ્યાં અને સાથે કેટલીક બીસ્કીટો પણ ખાવા માટે મેલી. નહાવા ધોવાનું, શૌચ સ્નાન કે સંધ્યા વંદન કરવાનું વગેરે સર્વ પછી, પણ ઉઠતાં વેતજ "તમને આરાધું અન્નદેવ–સૌથી પ્રથમ કરૂં તમારી સેવ" એવો રોકડીઓ ધર્મ જે પશ્ચિમમાં પ્રવર્ત છે તેનું તાત્કાલિક દર્શન અને અનુભવ થવાનો આરંભ થયો. આ ચા અને બિસ્કીટ એ કાંઈ નાસ્તામાં ગણાયાં નહિ. નાસ્તા અથવા 'બ્રેકફાસ્ટ' Breakfast માટે તો નવ વાગે જમવાના ઓરડામાં જવાનું હોય છે, જ્યાં પાંચ સાત પ્રકારની ભોજનની ચીજો રજુ કરવામાં આવે છે. આ લોકોનો "બ્રેકફાસ્ટ" શબ્દ મને બહુ રમુજી લાગ્યો. કારણ કે Fast ફાસ્ટ એટલે ઉપવાસ, અને Break બ્રેક એટલે તોડવું. તેથી બ્રેકફાસ્ટ એ આખા શબ્દનો અર્થ ઉપવાસ તોડવો, ઉપવાસ પૂર્ણ કરી જમવું, એવો થાય છે. પરંતુ મારા સમજવામાં જે વાત

બરાબર ન આવી તે એ હતી કે અમે ઉપવાસજ કયારે કર્યો હતો કે તે તોડવાનો પ્રસંગ આવે? પરંતુ આ ગોરા લોકોની નજરમાં તો રાત્રે ઉંઘી જાય ત્યારે કમનસીબે તેઓ તેટલો વખત જમી શકે નહિ, તેથી તે આઠ દશ કલાકની ઉંઘ જેટલો વખત જમ્યા વિના રહેવું એનું નામજ ઉપવાસ હશે! અને અધિક પરિચય ઉપરથી પણ તેમના મનમાં આવોજ કાંઇક ખ્યાલ હોય એમ જણાય છે. કારણ કે ચા કૉફી અને બીડીઓ કેટલીક વાર પીવા ઉપરાંત અહિ અમેરિકામાં લોકો દિવસમાં ત્રણે વખત માંસ મચ્છીની ચાર પાંચ ચીજો જમે છે, છતાંયે જાણે ભૂખ્યા હોય તેમ ખાંડની ગોળીઓ, પીપરમિંટની ટીકડીઓ, ચોકોલેટની મીઠાઇના, કટકા, અથવા સ્પીપરમિંટ ઇત્યાદિના બનાવેલા ગુંદરો Chewing Gums, સ્ત્રી પુરૂષો અને બાળકો ચાવતાં રસ્તા પર, ગાડીમાં અને જ્યાં ત્યાં જોવામાં આવે છે. ન્યૂ યૉર્કની મોટામાં મોટી ટપાલ ઑફીસના અમલદારો, અને અમેરિકામાં દાખલ થવા માગતા પરદેશીઓની જુબાનીઓ લેવા નિમાયલા એલીસ આઇલેંડમાંના કોઇ કોઇ કમીશનરો સુદ્ધાંતની પાસે પણ મોટી પીકદાનીઓ પડેલી હોય છે, અને કંઈ કંઇ ચાવીને તેઓ વારે વારે થુંકયા કરતા હોય છે. ખાંડના પદાર્થો આવી રીતે ચાવ્યા કરવાથી અને ખોરાકની દરેક ચીજ અત્યંત પોચી રાંધીનેજ ખાવાથી તથા બીજાં કારણોથી, યુરોપ અમેરિકાના લોકોના દાંત અત્યંત સડેલા હોય છે. પચાસ ત્રીસ વરસનો કોઇ માણસ જેના એકે એક દાંત આખા અને સોનાથી મઢયા વગરના હોય એવું જોવામાં ભાગ્યેજ આવી શકે છે, અને કદાચ તેવા જોવામાં આવે તો જાણવું કે મોટે ભાગે તે દાંત બનાવટી જ હશે. પશ્ચિમનો સુધારો એવો છે કે જ્યાં પ્રખ્યાતમાં પ્રખ્યાત અને હુંશીયારમાં હુંશીયાર દંતવૈદ્યો બહુ વસતા હોય ત્યાંજ

પ્રજાના દાંતની ખરાબમાં ખરાબ સ્થિતિ જોવામાં આવે છે; અને જે સ્થળે સારામાં સારા નેત્રવૈદ્યો વસતા હોય ત્યાંજ લોકોની આંખો ખરાબમાં ખરાબ હોય છે, અને ચશમાં વગરનાં સ્ત્રી કે પુરૂષ ભાગ્યેજ નજરે પડે છે. અરે, લોકોની વાત તો બાજુ પર રાખીયે પણ મોટા મોટા દાંતના દાક્તરોના પોતાના મોંઢામાંજ બત્રીસે દાંત સારા અને કુદરતી જોવામાં આવતા નથી; તેમજ કુશળમાં કુશળ આંખના દાક્તરો બિચારા પોતેજ ચશમાં વગર બરાબર દેખી શકતા નથી.! આ બધાનું કારણ મને તો અત્યંત કૃત્રિમતા ઉપર રચાયલો પશ્ચિમનો કહેવાતો 'સુધારો' જ દેખાય છે. ગરમ દેશો કરતાં ઠંડા મુલકોમાં માણસને ભુખ વધારે લાગે એ વાત ખરી છે, પરંતુ તેનો અર્થ એવો નથી થતો કે માણસે દિવસમાં ચાર પાંચ વાર હોજરીને ઠાંસીને ભરવી જોઇએ. મારા માનવા પ્રમાણે તો એમ છે કે અત્રેના લોકો માંસાહાર કરે છે, તેમાં કેટલાંક એવાં ઉત્તેજક–માદક તત્ત્વો હોય છે કે જેને લીધે માણસથી મિતાહારી રહી શકાતું નથી. જેમ થોડો દારૂ પીનારને વધારે, અને વધારે પીનારને તેથીયે વળી વધારે દારૂ પીવાની ઇચ્છા થયા કરે છે, તેવીજ અસર માંસાહારીના ઉપર પણ થતી હોવી જોઇયે કે જેને લીધે ત્રણ ત્રણ વાર પેટ પુર માંસભક્ષણ કરવા છતાંયે જો ચા કોફી અને તમાકુ કેટલીયે વાર પીવામાં રોજ ન મળે તો તેમના ટાંટીયા તરત ઢીલા ઘેંશ થઇ જાય છે. વારે વારે જમ્યા વગર ઘણા કલાક સુધી એક સરખો સતત પરિશ્રમ કરી શકાય તેવો ગુણ માંસાહાર કરતાં ભાત ઘઉં વગેરેના અન્નાહારમાં વધારે રહેલો છે, એમ પશ્ચિમના એકે એક મોટા દાકતરે કબુલ કરેલું છે, અને પુસ્તકોમાં લખેલું પણ છે. છતાં મેં સાંભળ્યું છે કે જાપાની લોકો પોતાનું પરાપૂર્વનું ઠીંગણાપણું દૂર કરી ઉંચા અને કદાવર બનવા

માટે અન્નનો આહાર છોડી માંસાહાર કરવા લાગ્યા છે ! પરંતુ પોતાનાજ પગ નીચે હોળી સળગતી હોય ત્યાં પારકાં ઘર આગળની અગ્નિની ચિણગારી હોલવવા જવાનું આપણને ન પાલવે. મારાજ દેશી ભાઇઓની વાત કરૂં તો મને લાગે છે કે હિંદુસ્તાન છોડી યુરોપ અમેરિકામાં આવતા લોકોમાંથી લગભગ અઠ્ઠાણું ટકા જેટલાઓ માંસાહાર કરવા લાગે છે. આમાંના કેટલાક તો પોતાની જાતના રિવાજ પ્રમાણે ઈંડાં માછલાં કે માંસ પહેલેથીજ. હિંદુસ્તાનમાં ખાતા આવતા હોય છે તેમના વિષે તો કાંઇ કહેવાનું રહેતુંજ નથી; પરંતુ ગુજરાત, મહારાષ્ટ્ર કે મદ્રાસ તરફના ચુસ્ત અન્નાહારી બ્રાહ્મણ વાણીયા ઇત્યાદિ પણ **कुसंगा संगदोषेण साधुर्भवति पातकी** એ ન્યાયે વિલાયતમાં ગાય ડુક્કરનું માંસ પણ ખાવા લાગે છે, એ જોઇને મને આશ્ચર્ય અને ખેદ થાય છે. હું મારા આ લખાણમાં હિંદુસ્તાનથી વેપાર અર્થે વિલાયત આવતા ધનાઢ્ય ઝવેરીઓ, વેપારીઓ, અને એવાજ બીજાઓની વાત કરતો નથી પણ ખાસ કરીને યુવાન વિદ્યાર્થિઓનીજ વાત કરૂં છું. અને આ બાબતમાં આ વિદ્યાર્થિઓ (સ્ટુડંટસ) નો પણ બહુ દોષ કાઢી શકાય તેમ નથી. કારણ કે જે પ્રકારનો અન્નનો ખોરાક—ભાત, દાળ, રોટલી, ચોપડાં, ભાખરી, રોટલો, શાક, ભજીયાં, કઢી, શીરો, ઇત્યાદિ સર્વે મળતાં એકા એક બંધ થઇ જાય અને વર્ષો સુધી ફરી ચાખવાની આશા ન જણાય ત્યારે તેવી અસંતુષ્ટ અને ભુખી હાલતમાં માંસાહારનો માર્ગ તેઓ ગ્રહણ કરવાને લલચાય તો તેમાં બહુ દોષ કાઢી શકાય તેમ નથી. યુરોપ અને અમેરિકામાં ભારતવર્ષનું નામ ઉજ્વલ કરનાર સ્વર્ગસ્થ વેદાન્ત કેશરી સ્વામી શ્રી વિવેકાનંદને પણ અમેરિકામાં માંસાહાર કરતા સાંભળી કોઇક લોકોએ હિંદુસ્તા-

નમાં ટીકા કરી હતી ત્યારે તેમણે પોતાના એક પત્રમાં એમ લખ્યું હતું કે હું તો પોતે ભીખારી સંન્યાસી છું, પરંતુ જે લોકોને માંસાહાર વડે હિંદુત્વ નાશ પામતું જણાતું હોય તેમણે ખાલી ટીકા કરવાને બદલે કોઇ સારો બ્રાહ્મણ રસોઇયો મારે માટે અમેરિકા મોકલી આપવો. અને તેમના આ શબ્દોમાં ઘણું સત્ય રહેલું છે. એક તરફ કરકસરથી નિર્વાહ કરવો, બીજી તરફથી સખત અભ્યાસ કરવો, અને ત્રીજી તરફથી અન્નાહારી રહેવા માટે જેમ તેમ કરી મન વાળવું, એમ કરવા જતાં આખરે અમેરિકાની કૉલેજમાં અભ્યાસ કરી ડીગ્રી મેળવનાર પ્રથમ હિંદુ સ્ત્રી રત્ન સ્વર્ગસ્થ ડૉકટર આનંદી બાઇ જોશીના જેવી શોકપ્રદ અવસ્થા થવાનો મોટો ભય રહે છે. ગરીબ બ્રાહ્મણની કુટુંબની આ દક્ષિણી બાઇ મહાન સાહસ કરી અમેરિકા આવી ઉંચે નંબરે પાસ ( ઉત્તીર્ણ ) થઇ એમ. ડી. ની મોટી પદવી મેળવી, પરંતુ કર કસરથી નિર્વાહ કરી, પોતાને હાથે માત્ર અન્નનોજ આહાર રાંધીને જમી, હાજરી ભરવી, એ બધાનો બોજો એટલો બધો થઇ પડયો કે તે આદર્શ સ્ત્રી રત્નને ભયંકર ક્ષય રોગ તરતજ લાગુ પડયો, અને અનેક પ્રયત્નો અને ઉપચારો કરવા છતાં તેમનો દેહ પડયો. આવી એકંદર પરિસ્થિતિનો વિચાર કરતાં મને એમ લાગે છે કે આપણા દેશના જીવદયાના હિમાયતીઓ, માંસાહારથી હિંદુત્વ નષ્ટ થાય છે-એમ માનનારા સર્વ ધર્માભિમાનીઓ, અને ધનવાન શેઠીયાઓએ યુરોપ–અમેરિકાનાં જે જે મોટાં મોટાં શહેરોમાં હિંદુ વિદ્યાર્થિઓ વસતા હોય તેમને અન્નનો દેશી હિંદુ પદ્ધતિનો ખોરાક જયારે જોઇએ ત્યારે ખાવાનો મળે એવી વીશીઓ કે ભોજનશાળાઓ અત્રે કઢાવવી જોઇએ. આમ નહિ બને ત્યાં સુધી યુરોપ અમેરિકામાં હિંદુ વિદ્યાર્થિઓને માટે અન્નાહારી

રહેવું એ કેવળ અશક્ય નહિ તો અત્યંત કઠીન તો રહ્યા જ કરશે. હાલમાં કેટલાં વર્ષથી 11, Hand Court, Holborn ( નંબર ૧૧ હેન્ડ કૉર્ટ, હૉબર્ન, લંડન ) એ ઠેકાણે એક નાની વીશી ચાલે છે, અને તેજ પ્રમાણે ન્યૂયૉર્કમાં 672, Cighth Avenue, near 42nd street New york City ( ઘર નંબર ૬૭૨, આઠમી એવેન્યુ ઉપર ૪૨ મા રસ્તાની નજીકમાં ) સીલોની રેસ્ટોરાં અથવા વીશી ચાલે છે. અને આ બંને સ્થળે માંસની કેટલીક બનાવટો ઉપરાંત દાળભાત શાક વગેરે બનાવવામાં આવે છે એ વાત ખરી છે, છતાં પંજાબના કે સીલોનના રાંધનારા રસોઇયાને હાથે તૈયાર થયેલી રસોઈ ગુજરાતીને કે દક્ષિણીને પુરતી સંતોષકારક ભાગ્યેજ થઇ શકે એ ઉઘાડી વાત છે. અર્થાત્ હાલમાં જેટલા વિદ્યાર્થિઓ હિંદુસ્થાનથી યુરોપ અમેરિકામાં અભ્યાસ કરવા માટે આવે છે તેના કરતાં હજારો ગણા વધારે વિદ્યાર્થિઓ નજીકના ભવિષ્યમાં આવશેજ, અને આવવાજ જોઇએ, અને તેમાંજ હિંદુસ્તાનને ઘણો લાભ છે, એમ હું ખચીત માનું છું. માટે એવા ઉત્સાહી હિંદુ યુવાનોને માટે પુરતી અને સારા પ્રકારની ભોજનની વ્યવસ્થા અત્રે થવાની ખાસ જરૂર છે એમ મારૂં માનવું છે.

હિંદુસ્તાન અને ઇંગ્લેંડ વચ્ચે ફરતી સ્ટીમરો તો ઘણી નાની હોય છે, અને તેમની ઝડપ પણ થોડી હોય છે. દાખલા તરિકે અમારી "સિટિ ઑફ કેઇરો" સ્ટીમરનું વજન ઘણું કરીને સાત આઠ હજાર ટન, અને તેની સરાસરી દર કલાકની ઝડપ બાર કે પંદર માઇલની હતી. પરંતુ ઇંગ્લેંડથી અમેરિકાના ન્યૂયૉર્ક શહેર જવા માટે મેં કયુનાર્ડ કંપનીની "મૉરીટૅનિયા" R. M. S. "Mauretania" નામની સ્ટીમરમાં મુસાફરી કરી હતી, તે સ્ટીમર ૩૨૦૦૦

ટન ( અથવા લગભગ અરાઢ લાખ મણુ ) વજનની, ૭૯૦ ફૂટ લાંબી; અને ૮૮ ફૂટ પહેાળી હતી, અને વસતીમાં એક હિંદુસ્તાનના સારા જેવા ગામડા જેટલી, પણ સગવડેામાં અને વૈભવના સાધનેામાં મુંબાઇના મેાટા મહેલેાને પણ ટપી જાય તેવી અને દર ચેાવીસ કલાકમાં ૫૭૩ કે ૬૦૦ માઇલની ઝડપવાળી હતી. આ " મૅારિટૅનિયા " સ્ટીમર કરતાં પણ " ઍકવીટૅનિયા " R. M. S. " Aqvitania " નામની સ્ટીમર કયુનાર્ડ કંપનીની છે. તેનું વજન ૪૫૬૪૭ ટન, લંબાઇ ૯૦૧ ફૂટ, અને પહેાળાઈ ૯૭ ફૂટ છે. પરંતુ આ મેાટી સ્ટીમરેાની વાત હું પાછળથી કરીશ. " સિટિ એાફ કેઇરેા " સ્ટીમર ઉપર પણ એવેા રિવાજ હતેા કે એક મધ્યાન્હથી બીજા મધ્યાન્હ સુધીના દર ચેાવીસ કલાકમાં સ્ટીમરે કુલ જેટલા માઇલની મુસાફરી કરી હેાય તેનેા આંકડેા, તથા સ્ટીમર તે સમયે ક્યાં આગળ આવી પહેાંચેલી છે તે, બતાવનાર અક્ષાંસ રેખાંશ ( લૅાન્જીટયુડ ઍન્ડ લૅટિટયુડ ) રેાજ જાહેર ખબરના પાટીયા પર લખવામાં આવતાં હતાં. તે ઉપરાંત લાઇબ્રેરીના એારડા આગળ મુંબાઇ બંદરથી લિવરપૂલ સુધીનેા જળમાર્ગ બતાવનારેા એક મેાટેા અને સ્પષ્ટ નકશેા કાચના ચેાકઠામાં મઢેલેા લટકાવેલેા હેાય છે; અને સ્ટીમરને જવાનેા માર્ગ આ નકશામાં લાલ રંગની લીટીથી દર્શાવેલેા હેાય છે, અને દરરેાજ સ્ટીમર જેટલી આગળ વધે તે બતાવવા માટે તે તારીખ લખેલી વાલની દાળ જેટલી નાની ચીઠી આ લાલ લીંટી પર હમેશાં નિયમિત રીતે ચેાઢાતી રહે છે.

સ્ટીમર ઉપર છેાકરા, છેાકરીએા, અને નાનાં બાળકેા માટે ખાસ વ્યવસ્થા કરવામાં આવેલી હેાય છે, તેમને માટે જમવાનેા સમય વહેલેા રાખેલેા હેાય છે, અને ભેાજનની કેાઇ કેાઇ ખાસ ચીજો વધારેમાં તેમને પુરી પાડવામાં આવે છે. મેાટાં મેાટાં સુંદર રંગીન

ચિત્રો વાળી અને બાળકને ગમ્મત પડે તેવી વાર્તાઓ તથા કવિતાઓ વાળી ઘણીક ચોપડીઓ સ્ટીમર તરફથી મફત પુરી પાડવામાં આવે છે, અને તે ફાટી જાય તોપણ કોઇ ઠપકો આપતું નથી. તે ઉપરાંત કેટલાંક સારાં રમકડાં અને અન્ય રમતોનાં સાધનો પણ તેમને માટે રાખેલાં હોય છે. એક જગાએ ચાર પાંચ કે છ વર્ષના નાના નાના છોકરાઓ "મિક્કેનો નંબર ૧"=Meccans No. 1 નામની યાંત્રિક રમકડાંની પેટીઓ લેઇ યાંત્રિક કારખાનાના કારીગરોની માફક કામે લાગી ગયેલા રોજ જોવામાં આવતા હતા. આવી પેટીઓમાં લોખંડની લાંબી ટુંકી, સીધી વાંકી, પટીઓ અને શળીયા, તથા જાત જાતનાં ચક્કરો અને પૈડાં, તાર અને દોરડીઓ, તથા સ્ક્રુ અને ચાકીઓ ( Nuts & Bolts ), તથા તે ફેરવવાનાં પાનાં Spanneros અને સાંણશીઓ, વગેરે સર્વ જરૂરી સાધનોનો સમાવેશ કરેલો હોય છે. સાથે એક સુંદર જાડા કાગળ પર છાપેલી ચોપડી પણ હોય છે જેમાં જુદી જુદી જાતના એક સો કે સવાસો સંચા કે યંત્રો શી રીતે રચવાં તે વિગત વાર વર્ણન અને સ્પષ્ટ ચિત્રો વડે સમજાવેલું હોય છે. તેથી આ ચિત્રોમાં જોઇને, અગર કોઇની પાસે વંચાવીને, છોકરાઓ તરેહવાર સંચાઓના નમુના કે ખોખાં પોતાને હાથે રચીને તૈયાર કરે છે, અને આનંદ મેળવે છે. ગમ્મત સાથેનું આ જ્ઞાન તેમને મોટપણે ઘણું કામ લાગી શકે છે. યંત્રશાસ્ત્રમાં આગળ વધેલી પાશ્ચાત્ય દેશોની દુનિયામાં જે તે કામ યંત્રો વડેજ થાય છે. શારીરિક વૈતરૂં કે બહુજ મહેનત માણસો કે પશુઓ પાસે કરાવવાને બદલે સંચાઓ અને યંત્ર પાસે કરાવવામાં આવે છે, અને તેથી આમ તેમ ફરતાં જે જે સંચા કે યંત્રો જોવામાં આવે તેને ઓળખતાં તથા તેમનાં નામ યાદ રાખતાં, તથા તેમની સામાન્ય રચના રચતાં કે

ગ

ચીતરતાં આ છોકરાં આટલી નાની વયથી શીખે છે, અને તે દરેક યંત્રના સામાન્ય ઉપયોગ વિષેની માહિતી પણ મેળવે છે. આ છોકરાંઓને કામ કરતા જોઇ મને અનેકવાર વિચાર આવ્યો કે હિંદુસ્તાનમાં ઇજનેરી કામનો છ વર્ષ લાગટ અભ્યાસ કરી મોટી પરીક્ષાઓ મેં પાસ કરી છે છતાં કેટલાંયે એવાં યંત્રો છે કે જેનાં નામ અને આકારનો મને ખ્યાલ નથી તેવાં યંત્રોનાં ખોખાં આ નાના નાના પાંચ સાત વર્ષના છોકરાઓ પોતાને હાથે રચીને તૈયાર કરે છે, અને આવા પ્રકારની બાલ્યાવસ્થાથી મળતી કેળવણીને પરિણામે આગળ જતાં યુરોપ અમેરિકાના આવા છોકરાઓ મોટા ઇજનેરો બની દેશને સમૃદ્ધિવાન કરે તેમાં શું આશ્ચર્ય ? !

સ્વેઝ બંદરે પહોંચીને પછી તા. ૨૭ મી જાન્યુઆરી સન ૧૯૨૦ ના રોજ સાંજના પાંચ વાગે સ્વેઝની નહેરમાં થઇને અમારી સ્ટીમર ચાલવા લાગી. એટલે પ્રથમજ એક ડુબી ગયેલી સ્ટીમરની ટોચનો ભાગ Mast=( ડોલ ? ) પાણી ઉપર દેખાયો, અને તેજ પ્રમાણે પોર્ટ સૈયદ બંદર આગળ વળી બીજી ચારેક સ્ટીમરો બુડી ગયેલી દેખાતી હતી. તે ઉપરાંત નહેરને કાંઠે કાંઠે ઠેઠ સુધી લડાઇના વખતમાં તેનું રક્ષણ કરવા અને તેનો કબજો સાચવી રાખવા ઇંગ્રેજ સરકારનાં જે લશ્કરી માણસો ગોઠવવામાં આવ્યાં હશે તેની નિશાનીઓ સ્પષ્ટ રીતે જોવામાં આવતી હતી. નહેરની બન્ને તરફનો પ્રદેશ છેક નજર પહોંચે ત્યાં સુધી તદ્દન રેતાળ અને મોટે ભાગે ઝાડપાન કે વનસ્પતિ વગરનો રણ જેવો દેખાય છે. આવી જગાએ સ્ટીમર ઉપર ઉભે ઉભે સૂર્યાસ્ત નિહાળતાં જે કંઇ અવનવા વિચારતરંગો મનમાં ઉઠયા હતા તેનું વર્ણન કરવું અશકય છે. આ વખતે ઘણોજ ઠંડો પવન ઘણા જોરથી વાતો હતો. રાત્રે અંધારામાં સ્ટીમર દેખાય

અને પોતાનો માર્ગ બરાબર કાપી શકે માટે વિજળીનો બહુજ જ્વલંત ઝગઝગતો પ્રકાશ પાડે તેવો દીવો ખૂબ ઉંચે સ્ટીમર પર લટકાવવામાં આવે છે. દુનિયાંની છેલ્લી મોટામાં મોટી લઢાઈ દરમિયાન ડુબી ગયેલાં વહાણોના સંબંધમાં એક વાત જાણવા જેવી એ છે કે, કરોડો રૂપીયાનું સોનું રૂપું અને બીજી કીમતી વસ્તુઓ વહાણોમાં ડુબીને સમુદ્રને તળીયે જઇ બેઠેલી છે, તેને પાછી બહાર કાઢવાના પ્રયત્નો ક્યારનાયે શરૂ થઈ ગયા છે. અને Bradstreet બ્રાડસ્ટ્રીટના રિપોર્ટ પ્રમાણે રૂ. ૬૦૦૦૦૦૦૦૦ (સાઠ કરોડ રૂપીયા)ની કિંમતનો માલ તો અત્યાર પૂર્વે બ્રિટિશ ટાપુઓની આસપાસથી બહાર કાઢવામાં આવ્યો છે. આ કામ માટે એક ઇંગ્રેજી કંપનીએ અમેરિકન નૌકાસૈન્ય પાસેથી ધી "રિસ્ટોરર" અને "રિલાયન્ટ" The two salving vessels Restorer & the Reliant નામનાં ખાસ બનાવટનાં વહાણો ખરીદાં હતાં. ખૂબ જોરથી હડસેલવામાં આવતી હવા હમેશાં પાણી નીચે મળ્યા કરે તેવાં સાધનોથી સંરક્ષાઇને દરિયામાં ડુબકી મારી ડુબી ગયેલા વહાણમાં કામ કરવા જનાર દરેક કારીગરના મુખ આગળ જ એક ટેલીફોનનું જોડાણ કરેલું હોય છે, જેથી દરિયાની સપાટી ઉપર વહાણમાં રહેલાં માણસો સાથે તરત અને સહેલાઇથી વાતચીત થઇ શકે છે. ઑક્સી-ઍસિટિલીન ફ્લેમ Oxyacetylene Flame એટલે અત્યંત ગરમી ઉત્પન્ન કરનારી અગ્નિશિખાની મદદથી કારીગરો સમુદ્રને તળીયે પડેલાં વહાણોની પોલાદની બનેલી બાજુઓમાં મોટાં મોટાં કાણાં પાડે છે, ત્યાં વિજળીના પ્રકાશ વડે અજવાળું કરી કારીગરો પાણી નીચે કામ કરે છે, અને છેવટે વહાણને બહાર ખેંચી કાઢવામાં આવે છે, અગર તેમ બની શકે તેવું ન લાગે તો ડુબેલા વહાણની અંદરથી લેવા જેવો

સઘળો કીમતી માલ કાઢી લેવામાં આવે છે. ડુબેલો માલ પાછો બહાર કાઢનારાં ઉપર જણાવેલાં બે વહાણો ઉપર વિજળીથી ચાલતા કેટલાક પંપ છે, જે દરેક દર કલાકે દશ લાખ ગૅલન કરતાંયે વધારે પાણી ખેંચી કાઢી શકે છે. યંત્રશાસ્ત્ર અને ઇજનેરી કળા કેવા કેવા ચમત્કાર કરી શકે છે! તેનો એક દાખલો ડુબેલાં વહાણોના સંબંધમાં અત્રે લખવો તે અસ્થાને નહિ ગણાય. ઇટાલીની નૌકા કે લડાયક કાફલામાં ઘણીજ મગરૂબી ઉપજાવનારૂં એક ચોવીસ હજાર ટનનું બૅટલ ક્રુઇઝર જાતનું લડાયક વહાણ હતું. પરંતુ એક દિવસે તે વહાણ પરનો દારૂગોળો એકાએક મોટા ધડાકાથી ફાટી ઉઠયો, અને વહાણ બરાબર ઉંધું વળી ગયું, એટલે કે તળીયું ઉપર આવી ગયું અને ઉપરનો ભાગ નીચે જતો રહ્યો, અને આ બધું એટલી ઝડપથી બની ગયું કે વહાણ પરનાં માણુસોને બહાર નિકળી જવાનોયે વખત મળી શક્યો નહિ, અને તેથી ૨૧ અમલદારો તથા ૨૨૧ બીજાં માણુસો ડુબી ગયાં. આ વહાણના ' ટરેટ ' નીચે કાદવમાં ચોંટયા અને વહાણનું તળીયું પાણીની સપાટી ઉપર તરતું રહ્યું. આમ થવાથી શત્રુથી રક્ષણ મેળવવાના કે શત્રુ પર હુમલો કરવાના એમ એકકે કામનું આ વહાણ રહ્યું નહિ, એટલું જ નહિ પણ ટેરેન્ટો Taranto ના બંદરમાં આવતાં જતાં વહાણોના માર્ગમાં તે મોટા અંતરાય રૂપ થઇ પડયું હતું. પરંતુ ઇજનેરોએ પ્રથમ તે વહાણની સાથે જોડાયલો જેટલો ભાર છુટો થઇ શકે તે છુટો કરીને તેનું છેવટે ૧૮૦૦૦ ટન વજન રાખ્યું. પછી તે તળીયે ચોંટેલું હતું ત્યાંથી ખેંચીને ઉખાડયું, પછી બીજી સ્ટીમરોની મદદથી તેને ગોદીમાં ઘસડી આણ્યું, અને તે પછી નવા પાણીને અંદર આવવાનો માર્ગ બંધ કરી તે વહાણની આસપાસનું બધું પાણી પંપ વડે ઉલેચી નાંખી તે વહાણને સુધારીને પછી

પાણીમાં છતું બરાબર તરતું કર્યું. મહાભારત અને રામાયણુમાં જે મેટાં મેાટાં રાક્ષસી કામેા થવાની હકીકત આપણે વાંચીયે છીએ, અને તેને માત્ર કવિની અદ્ભુત કલ્પના શક્તિ ગણી આનંદ મેળ-વીયે છીએ, તેવા જ કામેા ખરેખર આજે જ બનતાં જેણે નજરે જોવાં હેાય તેણે ન્યૂયૉર્ક જેવાં શહેરેામાં આવવું જોઇએ. ન્યૂયૉર્ક શહેરના ચમત્કારેાનું વર્ણન તેા હું આગળ ઉપર કેાઇક પ્રસંગે કરીશ પરંતુ અત્રે એટલું જ જણાવી લેઇશ કે ન્યૂયૉર્ક શહેરમાં ભેાંયરામાંને ભેાંયરામાં જમીન નીચે કેટલાએ માઇલેાં સુધી વિજળીના બળ વડે દર કલાકના સાઠ સાઠ માઇની ઝડપે દેાડતી ટ્રેનેા દર બે બે મિનિટે આવે છે, અને ઉપડે છે, અને ઉતારૂએા કે બેસારૂએા (મુસાફરેા) કેટલી ઝડપથી ચઢ ઉતર કરે છે, તેનેા તેા આપણા લેાકેાને ખ્યાલ પણ ન આવી શકે. કેટલીએ કંપનીએા તરફથી આવી ભેાંયરામાં દેાડતી ટ્રેનેા દર બે બે મિનિટે રાત્રિ દિવસ દેાડ્યા કરે છે. આટલું બધું અગાધ વિજળીક બળ ઉત્પન્ન કરવા માટે કેટલેા બધેા કેાલસેા રેાજને રેાજ બાળવામાં આવે છે તેનેા હિસાબ કરવેા ભારે થઇ પડે છે, પણ ફક્ત એટલું જ જણાવીશ કે માત્ર એક જ આવી રેલ્વે કંપની દર રેાજ બે હજાર ટન કેાલસેા બાળે છે.

અલજિયર્સ, પેાર્ટ સૈયદ વગેરે શહેરેાનાં બજારેા વિષે હિંદુસ્તા-નના વતનીએાને તેા ઘણે ભાગે એવેા ખ્યાલ હશે કે તે આફ્રિકાના હબસીએાથી વસેલાં ઝુંપડાંવાળાં ગામેા હશે. પરંતુ ખરી વાત તેા એ છે કે તેની ભવ્યતા મુંબાઇના ફ્રેાટની અંદરની મેાટી મેાટી દુકા-નેાને પણ ક્ષણભર ભૂલાવી દે તેવી હેાય છે. આ વિષે કેટલીક બિના મારા છપાયલા પત્રેામાં આવી ગઇ છે એટલે ફરીથી અહિં વધારે લખતેા નથી. પેાર્ટ સૈયદના બજારમાં ફરતાં એક હિંદી ભાઇની મેાટી

દુકાન જોવામાં આવી, અને વાતચીતમાં આ ગૃહસ્થે જણાવ્યું કે અમદાવાદવાળા વકીલ કેશવલાલ બી. એ. એલ. એલ. બી. નો હું સયાધ્યાયી છું અને કરાંચી તરફનો વતની છું. વકીલાત કે સરકારી નોકરીમાં મને આખા જન્મારામાં જે કમાઇ ન થાત તે મને અહિ વેપારમાં થઇ છે, વગેરે.

સ્વેઝની નહેરનો ઇતિહાસ ઘણો જ જાણવા જેવો છે. ભૂમધ્ય સમુદ્ર અને રાતા સમુદ્રને જોડવાનો તર્ક કે ખાસ વિચાર સૈાથી પ્રથમ મહાન શહેનશાહ નેપોલિયન બોનાપાર્ટને આવ્યો હતો. આ વિચારને અમલમાં મુકવા માટે એક મહાન ઇજનેર મૉન્સ્યોર ફરડિંનાન્ડ ડિ-લેસેપ્સ Lesseps એમણે સન ૧૮૫૪ માં મિસર દેશ ( ઇજીપ્ત ) ના વૉઇસરૉય અથવા હાકેમ સૈયદ પાદશાની પાસેથી સ્વેઝની સંયોગીભૂમિ ખોદી નાંખી મોટી નહેર રચવાની પરવાનગી મેળવી. પરંતુ આવી નહેરને બનાવનાની વાતને બીજા ઇજિનેરો તથા વજ્ઞાનિક ઉસ્તાદોએ કેવળ અશક્ય ગણી કાઢી હતી. એક વિદ્વાને તો એવો ભય બતાવ્યો હતો કે જો કદાચ આવી એક નહેર ખરેખરી ખોદવામાં સફળતા મળશે તો તેનું પરિણામ ઘણું જ ભયંકર આવશે, કારણકે તેથી ભૂમધ્ય સમુદ્ર ખાલી અને કોરોકટ થઇ જાઇ તેની અંદરનું બધું પાણી લાલ સમુદ્ર તથા હિંદી મહાસાગરમાં ઠલવાઇ જશે!! આ નહેરનું કામ પાર પાડવામાં અનેક મોટી મોટી અડચણો આવી હતી, અને કેટલીયે કંપનીઓને દેવાળાં કુંકવાં પડયાં હતાં છતાં આખરે નવેંબર ૧૮૬૯ માં તે ખુલ્લી મૈલાઇ હતી, તે પછી આ ઇજિનેર લેસેપ્સ અમેરિકામાં પનામાની નહેર ખોદવા ગયો હતો તેમાં તેને નિષ્ફળતા મળવાથી ખિન્ન હૃદયે સન ૧૮૯૪ ના ડિસેંબરમાં તે મરણ પામ્યો હતો. સ્વેઝની નહેરના રચનાર અને જન્મદાતા આ મહાન

લેસેપ્સ Lesseps નું મોટું ધાતુનું પુતળું નહેરના મુખ આગળ જ ઉભું કરવામાં આવેલું છે, અને તે જમણો હાથ લંબાવી આંગળી વડે નહેરને બતાવે છે. પુરૂષાર્થ અને તેવી ભવ્યતાનું સચોટ સ્મરણ અહિં આગળ થઇ શકે છે.

સ્ટીમર ઝડપબંધ ભર દરીયે ચાલતી હોય ત્યારે પણ બીજાં વહાણો સાથે તથા બંદરો ઉપરનાં મનુષ્યો સાથે તારના જોડાણ વગર વિજળીના સંદેશા મોકલી અને મેળવી તત્કાળ વાંતચીત કરી શકે છે. આવું "વાયરલેસ ટેલીગ્રાફ" નું યંત્ર લગભગ દરેક મોટી સ્ટીમર ઉપર હોય છે, અને અમારી "સિટી ઑફ કેઇરો" સ્ટીમર ઉપર પણ તે હતું તેથી મેં તેનું ખાસ નિરીક્ષણ કર્યું હતું. જમીન પરથી, અગર તો બીજી સ્ટીમરો પરથી આવી રીતના સામાન્ય સંદેશા ગમે તે ક્ષણે આવવાનો સંભવ હોય છે, એટલું જ નહિ પણ કોઇ ડુબતી, યા અન્ય રીતે જોખમમાં આવી પડેલી, સ્ટીમર તરફથી પણ મદદની માગણી કરતા સંદેશા ગમે તે સમયે આવે છે, અને તે માટે તે સાંભળવા અને નોંધી લેવાં તથા તેનો જવાબ વાળવા માટે રાત્રિ દિવસ ક્ષણવારના પણ અંતરાય વગર માણસને તત્પર રહેવું પડે છે. માટે થોડા થોડા કલાકે બદલાતા માણસો આ યંત્રોવાળા ખાસ ઓરડામાં બેસે છે, અને ત્યાં ટલિફોનના રીસીવર જેવાં બે રીસીવરોની ડાબડીઓ કાન ઉપર હમેશાં દબાયલી રહે તેમ સ્પીંગ વડે ચંપાયલી હમેશાં પહેરી રાખવામાં આવે છે; એટલે તે માણસના બંને હાથ તો છુટા રહે છે, તેથી કોઇ સંદેશો કાને સંભળાયો કે તરત કાગળ પર તે નોંધી લે છે. આ સંદેશા જે આવે છે તે કાંઇ આપણે બોલીયે છીએ તેવી, અગર તો ફોનોગ્રાફમાં સાંભળીયે છીએ તેવી, ભાષામાં હોતા નથી, પરંતુ અમુક પદ્ધતિથી કોઈ ટકોરા વગાડતું હોય તેવા

રૂપમાં જ સાંભળવામાં આવે છે. અને સામાન્ય તાર મુકનારાઓની વચ્ચે જેમ અમુક ટકોરા એક સામટા વાગે તો અમુક અક્ષર સમજવો એવી સમજુતી નક્કી થયેલી હોય છે, તેવી જ કોઇ પદ્ધતિ ઉપર આ વગર દોરડાંના તારનો કટકો પણ ગોઠવવામાં આવેલો હોય છે. વહાણની મધ્યમાં ધાતુના શળીયા ખૂબ ઉંચે સુધી આકાશમાં ઉભા કરી તેમને આડા તાર વડે અદ્ધર જોડી દેવામાં આવેલા હોય છે, આ તાર અને શળીયાઓ સાથે " ઇથિર " અથવા આકાશતત્ત્વની મારફત આવેલાં સંદેશાનાં મોજાં કે ધક્કા અથડાય છે. આ મોજાં કે ધક્કાનો આઘાત તારના જોડાણને લીધે નીચે ઉતરી, એક ગંજાવર રમકૉર્ફ કૉઇલિ અને કંડેંસરમાંથી પસાર થઇ, વધારે બળવાન બની કે અત્યંત મોટું સ્વરૂપ ધારણ કરી, છેવટે માણસના કાન આગળના રિસિવરને પહોંચે છે અને સંભળાય છે. જવાબ પાછો મોકલવા માટે આ અમલદાર વીશ પચીશ ઇંચની. ખાલી જગા Air gap ને ભેદીને જાય તેવા મોટા વિજળીના તણખા Sparks અમુક પદ્ધતિસર અટકી અટકીને ઉરાડે છે, અને તે ઉંચે આકાશમાં રાખેલા તારની મારફત આકાશતત્ત્વમાં બળવાન મોજાં, ધ્રુજરીઓ, કે ધક્કા દશે દિશામાં હજારો ગાઉ સુધી ફેલાવે છે. " મૉરિટેનિયા " સ્ટીમરમાં બેસી આટલાંટિક મહાસાગર મેં ઓળંગ્યો તે વખતે દશ દિવસ સુધી અમે ભર દરિયે અને કોઇ પણ દેશના કિનારાથી સેંકડો મૈલ દૂર હતા, છતાં આખી દુનિયાંના દૂરમાં દૂરના ખૂણે કે સ્થળે બનતા બનાવોની ખબર અમને આવી રીતે વગર તારના સંદેશા વડે મળ્યા કરતી હતી અને સ્ટીમર ઉપરના છાપાઇને દરરોજ વર્તમાનપત્ર તરિકે દરેક જણને મફત પુરી પાડવામાં આવતી હતી. આથી પણ પધારે અજાયબીનો બનાવ તો એ ગણાય કે જ્યારે કૅપ્ટન સર જૉન ઑલ્કૉકે એરોપ્લેન

(વિમાન) માં બેસી હજારો ફૂટની ઉંચાઇએ ગગનમાં ઉડીને ઇંગ્લૅંડથી અમેરિકાની, અને અમેરિકાથી પાછી ઇંગ્લેંડ મુસાફરી કરી હતી, ત્યારે તે ગાઢ વાદળાંની વચમાં થઇને ઉડતો હોય કે વાદળાંની સપાટીથીયે ઘણે ઉંચે ઉડતો હોય, દિવસનો આંખને આંજી નાંખે તેવો પ્રકાશ હોય કે ઘોર અંધારી રાત્રિ હોય, પરંતુ પૃથ્વી પર રહેલા તેના મિત્રો સાથે તે આ વગર તારના યંત્ર વડે સંદેશા ચલાવ્યા કરતો હતો, અને તેથી દરેક કલાકે કેટલા માઇલની મુસાફરી તે કરી રહ્યો હતો, આકાશમાં તે કેટલે ઉંચે હતો, તેને શી શી અડચણો ત્યાં નડતી હતી તે બધું આપણે નીચે અને સેંકડો ગાઉ દૂર રહ્યે રહ્યે જાણી શકતા હતા. બલૂન કે એરોપ્લેન કે બીજી કોઇ જાતના વિમાનમાં બેસી ખૂબ ઉંચે ચઢવાની બાબતમાં એક બે જાણવા જેવી વાતો અત્રે લખી દેવાની રજા લઉં છું. પાંચ દશ માળ ઉંચા મકાનના છાપરા ઉપર ઉભા રહેતાં જ જેને તમ્મર કે ચક્કર આવતાં હોય તેનું ગજું તો આવાં બલૂનોમાં ઉડવાનું છે જ નહિ, પણ ગમે તેવા હિંમતે બહાદુરને પણ આકાશમાં ખૂબ ઉંચે ચઢતાં કેટલીક ખાસ હેરાનગતિઓ નડે છે. તેમાંની સૌથી પ્રથમ ખૂબ ઠંડી અથવા તાઢ છે. લખવાની શાહી તો ઠરીને પત્થર જેવી કઠણ અને બરફ કરતાંયે શીતલ બની જાય છે, એટલું જ નહિ પણ ખૂબ વધારે ઉંચે ચઢતાં શૂન્ય ડિગ્રી કરતાંયે ૬૭ ડીગ્રી કમી એટલી બધી તાઢ કે ઠંડી નોંધવામાં આવી છે. પરંતુ વિમાનમાં ઉંચે ઉડનારનું આ અત્યંત થંડીથી રક્ષણ કરવાનો સવાલ હાલના વિજ્ઞાનશાસ્ત્ર (સાયન્સ) ને માટે ઘણો મુશ્કેલ નહોતો. પરંતુ બહુ ઉંચે ચઢનારને બીજી કેટલીક ઘણી જ ગંભીર બીમારીઓ થઇ આવતી હતી તેનું ખરૂં કારણ શું હોવું જોઇયે તે સંબંધી મોટા મોટા તબીબો—ડાક્ટરોમાં કેટલેક મતભેદ

આજ લગી હતો. ઇ. સ. ૧૮૬૨ માં ગ્લેઇશેર Glaisher નામના બહાદુર પુરૂષે ૩૦૦૦૦ ( ત્રીશ હજાર ) ફૂટની ઉંચાઈ સુધી ચઢવામાં સફળતા મેળવી હતી. પરંતુ આ મુસાફરી દરમિયાન જ્યારે ગ્લેઇશેર છવ્વીસ હજાર ફૂટની ઉંચાઈ, હવાનું દબાણ, દિશા વગેરે દર્શાવનારાં યંત્રો વાંચવાની શક્તિ તેની આંખમાંથી જતી રહી, તે પછી થોડી વારમાં તેના બન્ને પગ જાણે લકવો થયો હોય તેમ જુઠા પડી ગયા, અને તે પછી તેના બન્ને હાથની પણ તેજ વલે થઇ, તે પછી તેને આંખે મુદ્દલ દેખાતું બંધ થયું, અને પછી તેના કાન કેવળ બહેરા બની ગયા, અને આખરે તેને મૂર્છા આવી તે બેભાન થઇ બલૂનમાં પડયો હતો. હાલની છેલ્લામાં છેલ્લી વૈદકીય શોધો અને તપાસને આધારે એમ સાબીત થયું છે કે ( જુઓ શિકાગોમાં પ્રસિદ્ધ થતા જનરલ ઑફ ધી અમેરિકન મેડિકલ એસ્સોસિએશનની ચાલુ વર્ષની ફાઇલ ) ઉપર કહ્યાં તેવાં ઘણાંખરાં ચિન્હો ઑકસીજન ( પ્રાણવાયુ ) ની ખોટને લીધે થાય છે, કારણકે જેમ જેમ આપણે ઉંચે ચઢતા જઇયે તેમ તેમ હવા પાતળીને પાતળી થતી જાય છે, તેથી ફેફસાં શ્વાસ વડે પુરેપુરાં ભરવા છતાં જરૂર પુરતો ઓકસીજન શરીરને મળતો નથી. આ વાત ( કે સિદ્ધાન્ત ફ્રાન્સના પ્રખ્યાત શારિરવિજ્ઞાનશાસ્ત્રી પૉલ બર્ટ Paul Bert ના તરફથી છેક સન ૧૮૭૮ માં પ્રસિદ્ધ કરવામાં આવી હતી. પરંતુ બીજા વિદ્વાનોએ તેનો સંપૂર્ણ સ્વીકાર કર્યો નહોતો. **પરંતુ મેજોર સ્ક્રીડર** Major Scroeder **ના પૃથ્વીની સપાટીથી લગભગ સાત માઇલ સુધીની ઉંચાઇએ ઉડવાના પ્રયોગથી આ વાત સાબીત થઇ છે.** ખૂબ દાબીને ઑકસીજનથી ભરેલી કોઠીયો લેઇને **સ્ક્રીડર** સૌથી વધારેમાં વધારે નોંધાયલી સાત મૈલની ઉંચાઇયે પહોંચી શકયો, પરંતુ તે પછી

આ કોઠીઓમાંની હવા-ઑક્સીજન ખુટી પડયો અને તેને શ્વાસ લેવા માટે પુરતા પ્રાણવાયુની તંગી પડવા લાગી એટલે તે પણ બેભાન થઈ ગયો, અને તેવી જ સ્થિતિમાં પત્થરની પેઠે અત્યંત વેગે હજારો ફૂટ નીચે પડયા-ઉતરી આવ્યા-પછી તે જાગૃત થઇ શકયો અને તાત્કાલિક સમયસૂચકતાથી મરતો મરતો સહેજમાં બચી ગયો.

મિતિ માઘ કૃષ્ણ પંચમી સંવત ૧૯૭૬ ના રોજ અમારી સ્ટીમર લિવરપૂલ બંદરે રાત્રે પહોંચી હતી, પરંતુ "એમિગ્રેશન ઑફીસર" તરફથી રજા નહિ મળેલી હોવાથી રાત્રે બધા આગબોટ ઉપરજ સુઈ રહ્યા હતા. સવારે ઉઠયા ત્યારે આકાશ તો એટલું બધું વાદળાંથી ઘેરાયલું અને ઘમઘોર અંધારૂં થયેલું હતું કે ભર ચોમાસાની સખતમાં સખત હેલી વખતે પણ તેવો દેખાવ ગુજરાતમાં ભાગ્યેજ જોવામાં આવે છે. તે વખતે સમુદ્રના પાણીનો રંગ પણ અજબ ઘેરા લીલા રંગનો દેખતો હતો, ઠંડો પવન એવો તો ખૂબ જોરથી વાતો હતો કે તેની ઠંડી હાડકાંમાં ઉતરી જાય. તેથી આજેજ અહિં ઓવરકોટ પહેરવાનો પ્રસંગ હિંદુસ્તાન છોડયા પછી આવ્યો હતો. અને છતાં આ તો ખરો શિયાળો વિત્યા પછીની ઠંડી ગણાય છે. શિયાળાની ઠંડી જોવી હોય તો ડિસેંબર માસમાં કે જાન્યુઆરી માસના પહેલા પખવાડીયામાં લંડનમાં આવવું, અથવા એથીયે વધારે અનુભવ કરવો હોય તો ન્યૂયૉર્કમાં તે સમયે આવવું, બરફ વરસીને તેના ઢગેઢગ ન્યૂયૉર્ક શહેરના સરિયામ રસ્તાઓ ઉપર એકઠા થાય છે, અને તેનાથી ગાડીઓ, મોટારો, ટ્રામો, અને પગે ચાલનારાઓના અવરજવરમાં અડચણ ન આવે માટે તે તરફ ખસેડવા માટે શિયાળામાં મ્યુનિસિપાલિટીને ખૂબ ધ્યાન આપવું પડે છે, તદ્દન સફેદ રૂનો ભૂકો કે તદ્દન સફેદ રાખોડી વરસતી હોય તેમ બરફ વરસવા લાગે

છે, અને છાપરાં, દોડતી ગાડીઓ, લોકોની ઉઘાડેલી છત્રીઓ, અને બીજે જ્યાં ત્યાં તે બરફ પડીને તેનો થર વધતોજ જાય છે, અને જાણે સમુદ્રફીણ કે સફેદ સાબુના ફીણના ઢગલા કર્યા હોય તેવો દેખાવ થઇ રહે છે. હાથમાં લેઈ મસળવાથી કે તે ઉપર ચાલવાથી પણ તે ઓગળી જતો નથી. પરંતુ દબાવાથી રસ્તા ઉપર તે કઠણ પત્થર જેવો અને અત્યંત લપસણો થઇ જાય છે. સ્ટીમ લૅાંચમાં બેસી ફાગણ વદ ૯ ના રોજ હું સફર કરતો હતો ત્યારે ખૂબજ જાડાં અને રૂંવાટીવાળાં ગરમ મોજાં મેં હાથે પહેરેલાં હતાં છતાં ઠંડી એટલી વાતી હતી અને હાથનાં આંગળાં ઠરી જતાં હતાં કે મોજાં વાળા હાથને પણ ખીસ્સામાં ખોસી રાખવા પડતા હતા. હોળી કે ધૂડી પડવા વખતની ગુજરાતની ખુશનુમા ઋતુ ક્યાં, અને તેજ વખતની ન્યૂયૉર્કની અસંત ઠંડી ક્યાં ! ! બરફ ઉપર ચાલવાનો અનુભવ નહિ હોવાથી આ સ્ટીમ લૅાંચના ડેક ઉપર વરસેલા બરફપર ચાલવા જતાં હું લપસી પડ્યો હતો. સ્ટીમર ઉપરથી પાણી વહી જવાને બદલે ઠરેલા ઘીની માફક ગઠ્ઠાને ગઠ્ઠાના રૂપમાં બાઝી રહેલું જોવામાં આવતું હતું. લોકોના ઘરના બીજા ચોથા માળપરથી વહેતા ખાળનું પાણી પણ તેવીજ રીતે ઘીની માફક ઠરીને ચોંટી રહેલું દેખાતું હતું. આ તો શું, પરંતુ અત્રેના મારા એક બંગાળી મિત્ર કહે છે કે આજથી ચાલુ વર્ષ સન ૧૯૨૦ ના જાન્યુઆરી માસમાં લગભગ પાંચ છ દિવસ સુધી એવી ઠંડી ન્યૂયૉર્કમાં પડી હતી કે ઘરમાં દીવા કરવા માટેનો ગૅસ અથવા વાયુ પણ ધાતુની નળીઓમાં ઠરી ગયો હતો, તેથી લોકોને મીણબત્તીઓ ખરીદવા દોડવું પડયું હતું. ( ન્યૂયૉર્ક શહેરનાં ઘણાંક ઘરોમાં હજુ વિજળીને બદલે ગૅસના દીવાનીજ ગોઠવણ રહી ગઇ છે. કેરોસિન કે ગાસતેલના દીવા તો નમુના દાખલ પણ

કોઇ સ્થળે જોવાના મળતા નથી, તેમજ રાંધવાના સ્ટોવમાં પણ ગાસલેટ અત્રે કોઇ બાળતું નથી. રાંધવા માટે કાં તો પાણીની માફક નળીયોમાં આવતો ગૅસ બાળવામાં આવે છે, અગર તો વિજળીથી બળતા ચુલા વાપરવામાં આવે છે. ) પણ હાલમાં ન્યૂયૉર્ક શહેરની વાતમાં વધારે ઉતરવું એ વિષયાન્તર ગણાય માટે પાછા આપણે ઈંગ્લેંડનીજ વાત કરીએ. મહાશિવરાત્રિ પછી થોડાક દિવસે લંડનમાં પણ બરફ વરસશે એવું અનુમાન લોકો કરતા હતા પણ તેમ બન્યું નહોતું. પરંતુ ધુમસ તો એટલી બધી ગાઢ જામતી કે રસ્તા ઉપર માણસ સામેથી આવીને આપણને કદાચ અથડાય ત્યાં સુધી પણ આપણે તેને મધ્યાન્હ સમયે જોઈ શકીયે નહિ. આવી દુમસમાં વળી અસંખ્ય મોટારકારો અને મોટારથી ચાલતાં ગાડાંઓની દુર્ગંધ વાળી ધુણી વધારો કરતી હતી. આવી હવામાં રસ્તાપર શ્વાસ લેતાં છાતીમાં એક પ્રકારની અમુઝણ મને તો થતી. આવી મોસમમાં જો કોઈ દિવસ એકાદ કલાક અવાર નવાર સૂર્યનાં દર્શન થાય તો જ્યાં ત્યાં લોકો આનંદમાં આવી જઇ એક બીજાને કહેવા લાગે કે "કેવો સુંદર અને મઝાનો દિવસ છે!!" આવી ઋતુમાં લોકો ઘરની કાચની બારીઓ અને બારણાં બંધ રાખે છે, અને શરીરે ગરમ કપડાં અને મોજાં બુટ પહેરેલા હોય છે, છતાં ઠંડીને લીધે પુરતું ચેન પડતું નથી, તેથી કોલસાથી અગર તો ગૅસથી બળતી ભઠ્ઠી હમેશાં સળગતી ખાસ બેસવાના દિવાનખાનામાં રાખવામાં આવે છે. ન્યૂયૉર્કમાં મોટે ભાગે ગરમ ઉકળતા પાણીની નળીયો ઓરડાઓમાં હોય છે તેને લીધે હવા ગરમ થાય છે, અગર તો ગરમ કરેલી હવા મોટા એક પંખાની મારફત ભુંગળાં વાટે જુદા જુદા ઓરડાઓમાં ફુંકવામાં આવે છે, અગર તો વિજળીથી તપતાં યંત્રો વડે ઓરડાઓને ગરમ રાખવામાં આવે છે.

હિંદુસ્તાનનાં મોટામાં મોટાં શહેરોમાં પણ જે એક જાહેર સગવડની ખામી સ્પષ્ટ જોવામાં આવે છે તે જાહેર સારાં જાજરૂઓ અને પેશાબ ખાનાંની છે. લંડન શહેરમાં દર બસો ચારસો કદમે અત્યંત સ્વચ્છ પેશાબ ખાનાં અને જાજરૂઓ સ્ત્રીઓ અને પુરૂષો માટે અલગ અલગ હોય છે, મુંબાઇમાં કે કલકત્તામાં, અગર તો કોઇ રેલ્વેના સ્ટેશન પર, જાહેર જાજરૂ કે પેશાબખાનામાં જવું પડે તો તે અત્યંત સુગ ઉપજાવે તેવું ગંદું અને દુર્ગંધીથી ભરેલું માલૂમ પડે છે. આને બદલે લંડનમાં કે બીજાં કોઈ પણ પાશ્ચાત્ય મોટાં શહેરોમાં પેશાબખાનાં અને જાજરૂ એટલાં તો સ્વચ્છ હમેશાં હોય છે કે નર્કનો એક કણ માત્ર પણ કદી નજરે પડે નહિ, અને દુર્ગંધ પણ ત્યાં હોય નહિ, સરિયામ રસ્તાઓ ઉપર, સ્ટેશનો ઉપર વગેરે સ્થળે આવી સગવડ હોય છે, એટલું જ નહિ પણ પુસ્તકાલયો, સંગ્રહસ્થાનો વગેરે જાહેર મકાનોની અંદર પણ હમેશાં આવી સગવડ રાખેલી હોય છે. પેશાબખાનાંનો ઉપયોગ તો હમેશાં મફત કરી શકાય છે, પરંતુ જાજરૂને વાપરવા માટે કોઇ કોઇ સ્થળે એકાદ આનો ખરચવો પડે છે, પરંતુ તે ઉઘરાવવા માટે માણસો રાખેલાં નથી હોતાં, પણ બારણાંની કળ એવી રીતે વસાઇ ગયેલી હોય છે કે ત્યાં આગળના કાણામાં તમે નાણાનો શિક્કો નાંખો તો જ બારણું ઉઘડે. એક વખત ઉઘાડીને વાસ્યા પછી ફરી પાછો શિક્કો નાંખ્યા વગર તે ઉઘડી શકે નહિ. સ્ટેશનો ઉપર ચોકોલેટ વગેરેની મીઠાઇઓ, અગર તો ટપાલની ટીકીટો, અગર તો વિજળીની ગાડીઓમાં બેસવાની ટીકીટો, વગેરે વેચવાનું કામ પણ યંત્રો જ કરે છે. સ્ટેશનો ઉપર, અને મોટી દુકાનોમાં જ્યાં ત્યાં માણસો પોતાના શરીરનું વજન કરી શકે તેવા કાંટાઓ હોય છે, તેમ, પણ પ્રથમ નાણાનો શિક્કો નાંખીને પછી ઉભા રહીયે તો જ તેનો કાંટો ફરીને આપણું વજન દર્શાવે છે.

એક વખત તોળાયા પછી ઉતરી ગયા એટલે ફરી શિક્કો નાંખ્યા વિના તે યંત્રનો કાંટો ફરતો જ નથી.

લંડન શહેરમાં ગુજરાતના અને હિંદુસ્તાનના ઘણા દેશી ભાઇઓની મુલાકાત થઇ હતી, અને તેમની પ્રીતિ અને મદદથી મને ઘણું જોવા જાણવાનું મળ્યું હતું. તેવી જ રીતે એક ડૉકટર ડબલ્યુ હ્યુલી વ્હારટન, Dr. W. Hewley Wharton, L. R. C. P. & S. (Edin) L. R. F. T. & S. (Glasgow). એમની પણ મુલાકાત થઇ હતી. તેમના વિષે બે શબ્દ લખવા જેવા છે. સાંભળવા પ્રમાણે ઇ. સ. ૧૮૫૭ માં હિંદુસ્તાનમાં ઉઠેલા મોટા જંગ અને બળવા પછી એક હિંદુ ગૃહસ્થ દીલ્હી છોડી બ્રીટીશ ગાયેના દેશમાં જઈ વસ્યા હતા અને ત્યાં તેમનાથી આ ડૉકટર હ્યુલી વ્હારટનનો જન્મ થયો હતો. સન ૧૯૧૯ ના ડિસેંબરમાં અમૃતસરમાં ભરાયલી કૉંગ્રેસમાં ભાગ લેવા ડૉકટર વ્હારટન આવ્યા હતા, અને મહાત્મા ગાંધીજીને મળવા માટે અમદાવાદ પણ તેઓ આવ્યા હતા એમ તેઓ જણાવે છે. આ ડૉકટર દેખાવે અને સ્વભાવે તથા રંગે આપણા દેશના માણસ જેવાજ છે. તેઓ હાલમાં જ્યૉર્જ ટાઉન, ડેમેરારા, બ્રિટિશ ગાયેના George Town, Demerara, British Guiena એ ઠેકાણે રહે છે. તેમણે મને કહ્યું કે બ્રિટિશ ગાયેના દેશમાં હિંદીઓની વસતિ લગભગ પિસતાળીસ હજાર, અથવા કુલ વસતિના ૪૫ ટકા જેટલી છે. હિંદુસ્તાનના લગભગ દરેક ભાગના દરેક જાતના, અને દરેક ધર્મના લોક ત્યાં જઈ વસલા છે. અને યુનાઇટેડ સ્ટેટસ ઑફ અમેરિકાને બાદ કરતાં જો કોઇ પરદેશમાં હિંદીઓને ગોરાઓના જેટલાજ રાજકીય હક્કો મળેલા હોય તો તે બ્રિટિશ ગાયેનામાં છે. ત્યાં કેળવણી મફત અને ફરજિયાત હોવાથી

એકેએક હિંદી ત્યાં લખી વાંચી જાણે છે, અને એકંદરે હિંદુસ્તાન કરતાં ત્યાં હિંદીઓ પૈસેટકે વધારે સુખી છે. દક્ષિણ આફ્રિકા, કેનેડા, વગેરે દેશોમાં હિંદીઓના દાખલ થવા સામે પ્રતિબંધ નંખાયલા છે, પરંતુ બ્રિટિશ ગાયેનામાં હિંદીઓ કંઇપણ અટકાવ વગર જઇ શકે છે. ત્યાં શહેરોમાં મુંબાઇ કલકત્તાની માફક કે વધારે સારી જાતની વિજળીની ટ્રામ ગાડી, વિજળીના દીવા અને સુધારાનાં સર્વે સાધનો છે. છતાં વધુ હિંદીઓ ત્યાં માત્ર અજાણપણાને લીધેજ જતા નથી. અમૃતસરની કૉંગ્રેસ વખતે હિંદી નેતાઓ અને પ્રજાનું આ વાત તરફ ધ્યાન ખેંચવા તેમણે પ્રયત્ન કર્યો હતો, પરંતુ તેમાં તેઓ બરાબર ફાવી શક્યા નહોતા. આ પ્રમાણે હકીકત તેમણે મને કહી હતી. તેમાં કંઇ અતિશયોક્તિ છે કે કેમ, અને જો હોય તો કેટલા પ્રમાણમાં તે નક્કી કરવાનું મારી પાસે કંઇ સાધન નથી. પરંતુ આ બાબતમાં મહાત્મા ગાંધીજી, અગર તો પંડિત મદન મોહન માલવીયાજી વધારે આધારભૂત સલાહ આપી શકે એમ હું ધારૂં છું.

**લંડન** વિષે વિચાર કરતી વખતે તેની વિશાળતાનો ખ્યાલ મનમાં રાખવાની જરૂર છે. જુનું છેક પ્રથમનું લંડન તો માત્ર એક ચોરસ માઇલજ હતું, જેને હાલમાં "સિટિ ઑફ વેસ્ટ મિન્સ્ટર" કહે છે, અને તેનો કારોબાર એક "મેયર" Mayor ના હાથમાં છે. આ મૂળ શહેરની આસપાસ પરાં વસતાં ગયાં અને ફેલાતાં ગયાં અને નજીકમાં ગામો સાથે એકાકાર થઇ જઇ હાલનું અતિ ગંજાવર લંડન બનેલું છે. આ મોટા લંડનના જુદા જુદા ભાગ અથવા "બરોઝ" Boroughs નો કારભાર જુદા જુદા મેયર અને સ્થાનિક સભા ( લોકલ કાઉંસિલ ) ના હાથમાં હોય છે, અને તે બધાં એકત્ર મળવાથી "કાઉંટી ઑફ લંડન" County of London

( લંડનનું પ્રગણું ) બનેલું છે. એક મોટા પ્રાન્ત જેવડા આ લંડન શહેરનો વિસ્તાર ૧૩૦ ચોરસ મેલ, અને કુલ વસતિ ૭૨૫૧૩૫૮ ( બોતેર લાખ એકાવન હજાર ) માણસની છે. ન્યૂયૉર્ક શહેરનો વિસ્તાર લંડન કરતાંયે વધારે છે, પણ ત્યાંની વસતિ મ્યુનિસિપાલિટીએ સન ૧૯૧૮ માં ગણેલી તે ૫૮૭૨૧૪૩ ( અઠ્ઠાવન લાખ બોતેર હજાર ) થઇ હતી. આ રીતે જોતાં આખી દુનિયાંમાં મોટામાં મોટું શહેર **ન્યૂયૉર્ક** છે, પરંતુ વધારેમાં વધારે વસતિવાળું શહેર દુનિયામાં **લંડન** છે. મુંબાઇ, કલકત્તા, વગેરે હિંદુસ્તાનનાં મોટાં શહેરોની માફક લંડન શહેરના રસ્તાઓ પણ આડા અવળા, વાંકા ચુંકા પથરાયલાછે, જો કે, તે પહોળા તો ખૂબ હોય છે. પરંતુ તેમની બદલાતી દિશાઓ અને અનેક જાતનાં નામો ઘણો ગુંચવાડો પેદા કરે તેવું હોય છે. આ હરકત દૂર કરવા ઘણીજ સોંઘી પણ અત્યંત ઉપયોગી " સ્ટ્રીટ ગાઇટ " Street Guide ( લંડનના રસ્તાઓનો ભોમીયો ) એ નામની ચોપડીઓ સર્વ ઠેકાણે વેચાતી મળે છે, જેમાં લંડન શહેરની દરેકે દરેક નાનામાં નાની ગાલી તેમજ પ્રત્યેક રસ્તા અને રાજમાર્ગનાં નામ કક્કાવારી આપેલાં હોય છે અને ત્યાં શી રીતે જઇ શકાય તે દર્શાવેલું હોય છે. લંડનની સાથે સરખાવતાં ન્યૂયૉર્ક શહેરની રચના અત્યંત સગવડ ભરેલી છે. ન્યૂયૉર્ક શહેર આખું એક વ્યવસ્થા પૂર્વક પ્રથમથી દોરેલા પ્લાન પ્રમાણે રચાયલું જોવામાં આવે છે. ન્યૂયૉર્કનો એકેએક રસ્તો વાંકો કે આડો અવળો વળ્યા વિના ઘણું ખરૂં સીધો જ ચાલ્યો જાય છે. ન્યૂયૉર્કના એક છેડેથી બીજા છેડા સુધી લગભગ સમાન્તરે જે રસ્તાઓ પથરાયલા છે તેમને " એવેન્યુ " Avnues કહે છે. આવી એવેન્યુને બરાબર કાટખુણે કાપતા ચોક્કસ માપેલા એકજ સરખે અંતરે આવેલા રસ્તાઓને " સ્ટ્રીટ " Streets કહેછે.

અને આવાં સ્ટ્રીટ તથા એવેન્યુને જુદાં જુદાં નામ આપવાને બદલે એક, બે, ત્રણ, એકસો પાંચ, બસો સોળ, એમ સંખ્યાથીજ ઓળખવામાં આવે છે. એટલે પાંચમી એવેન્યુ અને છપ્પનમું સ્ટ્રીટ એ સ્થળે કોઇ તદ્દન અજાણ્યા માણસને જવું હોય તો રાતના બે વાગે પણ કોઇને પુછ્યા વગર તે સહેલાઇથી જઈ શકે છે. લંડનમાં અને ન્યૂયૉર્કમાં ઘરોના બધા એકી નંબર હમેશાં એક બાજુએ, અને બેકી નંબર હમેશાં બધા સામી બાજુએ આવેલા હોય છે. પરંતુ ન્યુયૉર્કમાં ઘરના નંબરો પણ ખાસ પદ્ધતિ પુર્વકજ આપેલા હોય છે. એટલે કે ગમે તે કોઇ પણ સ્ટ્રીટ લેખુએ તોપણ ૪ થી અને ૫ મી એવેન્યુ વચ્ચે આવેલાં મકાનોના સમૂહ ( જેને "બ્લૉક" Blocck કહેવામાં આવે છે ) ના નંબર હમેશાં ૧ થી ૯૯ ની અંદરનાજ હોવાના, ચોથી અને ત્રીજી એવેન્યુ વચ્ચેના બ્લૉકનાં મકાનોના નંબર દરેક સ્ટ્રીટ ઉપર હમેશાં ૧૦૦–૧૯૯ વચ્ચેનાજ હોવાના, ત્રીજી અને બીજી એવેન્યુ વચ્ચેના કોઈ પણ સ્ટ્રીટના નંબર ૨૦૦–૨૯૯ ની વચ્ચેનાજ હોય છે. આવી સુંદર બ્યવસ્થા લંડનમાં નથી, અને ન્યુયૉર્ક જેવાં અમેરિકાનાં શહેરો સિવાય બીજે ક્યાંઇએ ભાગ્યેજ હશે એમ મને લાગે છે. લંડનમાં અજાણ્યો માણસ ભૂલો પડવાનો ઘણોજ સંભવ હોય છે, પરંતુ લંડન શહેરના પોલિસમેન ( જેને " લંડન બૉબી " એવા નામથી પણ ઓળખવામાં આવે છે ) અને લગભગ દરેક શહેરી આ બાબતમાં ઘણાંજ સભ્ય અને મદદગાર હમેશાં માલુમ પડે છે. યુરોપ અને અમેરિકાના મોટા મોટા ગ્રંથકારોએ અનેકવાર સ્પષ્ટ અભિપ્રાય નોંધેલો છે કે લંડન શહેરના પોલીસમેન જેવો કાર્યદક્ષ, હુંશીયાર, સભ્યવર્તન વાળો, અને જાહેર નોકર બીજે ક્યાંઈ જોવામાં આવતો નથી. લંડનના પોલીસમેન

ઘણા કદાવર, મજબુત, હમેશાં ઉભેલા, અને મોટાર-ટેક્સી, ઓમ-
નીબસ, ભાર ગાડીઓ, માણસો, વગેરેના સતત વહ્યા કરતા પ્રવાહને
વ્યવસ્થિત રાખ્યા કરતા હોય છે. કંઈ પણ બોલ્યા વગર માત્ર એક
આંગળીજ ઉંચી આ પોલીસમેન કરે છે કે મોટા ઉમરાવની મોટાર
પણ તરત ઉભી રહે છે. તેનો આટલો બધો અધિકાર હોવા છતાં,
અને સંભાળ પુર્વકની દેખરેખમાં દરપળે તે ગુંથાયલો હોવા છતાં,
સેંકડો માણસો તેની પાસે જઇને રસ્તો પુછે છે તો તે દરેકે દરેકને
સભ્યતા પુર્વક તે હમેશાં ખરો રસ્તો બતાવે છે. આ માટે લંડનની
ભૂગોળ કે નકશા કે રસ્તાઓનું તેને બહુ સારૂં જ્ઞાન હોય છે. હિંદુ-
સ્તાનના પોલિસખાતાએ લંડન શહેરના આ ઉમદા પોલિસમેનોના
નમુનેદાર વર્તન ઉપરથી ધણુંજ શીખવાનું છે.

લંડન શહેરમાં ટ્રામ ગાડીઓ માત્ર પરાંઓમાંજ ફરે છે. પરંતુ
ટ્રામવેના ડબા જેટલીજ લાંબી પહોળી પરંતુ તેના છાપરા ઉપર પણ
ઉતારૂઓને બેસવાની સગવડવાળી ગાડીઓ જે લોખંડના પાટા વગરના
રસ્તા ઉપર સાધારણ મોટારકારની પેઠે દોડે છે, અને જેનાં પૈડાંને
રબરનાં ટાયર હોય છે, એવી ભાડે ફરતી ગાડીઓને "ઓમની
બસ" અથવા ટુંકામાં માત્ર "બસ" Bus કહેવામાં આવે છે.
કુલ દશ, બાર, કે ઓગણીસ માઇલનો ટપ્પો દરેક નંબરની બસને
માટે નક્કી કરેલો હોય છે, અને વાંકાચુંકા અનેક રસ્તે થઇને હમેશાં
દરેક બસ પોતાના ખાસ નક્કી કરેલે રસ્તેજ જાય છે, અને પાછી
આવે છે. આમ જુદે જુદે માર્ગે દોડતી હજારો બસ ગાડીઓને એક
સો વિભાગમાં વહેંચી નાંખવામાં આવી છે, અને તેમને દોડવાના
મુકરર કરેલા માર્ગ પ્રમાણે તેમનાપર એકથી માંડીને એકસો અંદરનો
એકાદ કોઇ નંબર મોટા આંકડામાં લખેલો હોય છે, અને તેથી દૂરથી

આવતી બસનો નંબર જોઇ તે કયે કયે રસ્તે દોડશે તે આપણે "બસ ગાઇડ"માં વાંચીને નક્કી કરી શકીયે છીએ. આ સિવાય હજારો કે લાખો મોટારકારો ભાડે ફરતી હોય છે અને તે દરેકમાં એક યંત્ર ગોઠવેલું હોય છે, તે જેમ જેમ મોટાર ચાલતી જાય તેમ તેમ કેટલી મુસાફરી થઈ અને તેનું કેટલું ભાડું થયું તે સ્પષ્ટ રીતે આપણને બતાવી આપે છે. આ કારણથી લોકોને ભાડું ઠરાવવાની કડાકુટમાં ઉતરવું પડતું નથી. આ પ્રમાણે ભાડું અને છેટું માપનારા યંત્રને "ટેકસીમીટર" કહે છે, તેથી તેવાં યંત્રવાળી ભાડાની મોટારકારો સાધારણ રીતે "ટૅકસી" Taxi જ કહેવાય છે. માણસને બેસવા માટેની ઘોડાની ગાડી તો લંડનમાં મુદ્દલ દેખાતી નથી. પરંતુ ભાર ખેંચવાનાં ગાડાંને ઘોડા જોડેલા ઘણીવાર જોવામાં આવે છે. હિંદુસ્તાનમાં જોવામાં આવતા સાધારણ ઘોડા કરતાં આ બમણા ત્રમણા મોટા કદના ઘણાજ મજબુત હોય છે. પરંતુ લંડન શહેરમાં ઝડપથી મુસાફરી કરવા માટે લાખો માણસો રોજ જમીનની નીચે માઇલોના માઇલો સુધી બનાવેલાં ભોંયરાંમાં દોડતી વિજળીની ગાડીઓનો ઉપયોગ કરે છે. આવી વિજળીની રેલ્વે ટ્રેનોને ટયુબટ્રેન્સ ( એટલે લોખંડનાં મોટાં ભુંગળાંથી રચેલાં ભોંયરાંમાં દોડતી ગાડીઓ ) અથવા તો સાધારણ રીતે "**અંડર આઉંડ**" Under ground રેલ્વે કહેવામાં આવે છે. લંડન શહેરમાં આવી રીતે જે અનેક રેલ્વેની ગાડીઓ દોડે છે તે ત્રણ જુદે જુદે "લેવલે" Loves અથવા રસ્તાની સપાટીથી ત્રણ જુદી જુદી ઉંડાઇએ દોડે છે. ઘણાક સ્ટેશને આ ત્રણે લેવલની ગાડીઓ એકઠી થઇ જંક્ષનો બનેલાં હોય છે. રસ્તાની સપાટીથી સાઠ એંશી કે એકસો ફુટની ઉંડાઇએ દોડતી ટ્રેનોમાં બેસવા જવા માટે નીચે ઉતરવા તથા નીચેથી ઉપર રસ્તાપર આવવા માટે

" લીફ્ટ " Lifts રાખેલાં હોય છે, એટલે પચાસેક માણસ ઉભા રહી શકે તેવી ઓરડીમાં ઉતારૂઓ ઉભા રહ્યા કે તેનાં બારણું બંધ કરી કળ ફેરવે એટલે લોખંડનાં દોરડાંથી લટકતો તે ઓરડો અથવા ખોખું વિજળીના સંચાથી સપાટાબંધ નીચે ઉતરી જાય છે, અને નીચેથી પાછાં પચીસ પચાસ મનુષ્યને લેઇને પાણીના કોસની માફક ઉંચે ખેંચાઇ આવે છે. દર એક બે મિનિટે આમ તે ઉપર નીચે માણસોની લાવલેજા કર્યા કરે છે. ઇંગ્લંડમાં તેને Lift " લિફ્ટ " કહે છે, અને અમેરિકામાં તેને Clevator=" એલીવેટર " કહે છે. તેજ પ્રમાણે જમીનમાં ભોંયરામાં દોડતી ગાડીઓને ઇંગ્લંડમાં Under ground " અંડર ગ્રાઉંડ " કહે છે તેનેજ અમેરિકામાં Subway= " સબ વે " કહે છે. મોટાં વહાણો ફરી શકે તેવી નદીઓ ( લંડનની ટેમ્સ નદી અને ન્યૂયૉર્કની હડસન નદી )ની નીચે ભોંયરાં થઇને ખુબ ઝડપથી આવી ટ્રેનો રાત દિવસ દર પાંચ પાંચ કે બે બે મિનિટે દોડ્યા કરતી હોય છે, અને ઉપર તો નદીઓમાં વહાણો ફરતાં હોય છે !! ઇજનેરી કળા અને વિજ્ઞાનશાસ્ત્ર યુરોપ અમેરિકામાં અકથ્ય વિકાસ અને વૃદ્ધિ પામતાં જાય છે.

આટલી આટલી સગવડો કરવા છતાં પણ રસ્તાઓ ઉપરની ગાડીઓ અને માણસોની ગીરદી ઓછી નહિ થવા ન્યૂયૉર્ક શહેરમાં તો વધારેમાં વળી રસ્તાની સપાટીપર વિજળીની ટ્રામો દોડે છે, જેને Surface cars or Trolleys " સરફેસ કાર અથવા ટ્રૉલી " એવા નામથી ઓળખવામાં આવે છે. આ ગાડીઓને જમીનમાંથી વિજળી મળે છે, તેથી ઉંચે વિજળીનાં દોરડાં રાખવાં પડયાં નથી, અને તે તુટીને માણસો કે જનાવરો મરણ પામવાનો સંભવ રહેતોજ નથી. આટલાથી પણ ન્યૂયૉર્ક શહેરની વસતિની જરૂરિયાત પુરી

નહિ પડવાથી આખા શહેરમાં માઇલોના માઇલો સુધી સળંગ લોખં-ડના પુલો બાંધી સ્ટેશનો પણ અદ્ધર બનાવી ઉંચે વિજળીની ગાડીઓ દોડાવવામાં આવે છે, જેને Clevated or "L" "એલીવેટેડ અથવા ઍલ" ટ્રેનો કહેવામાં આવે છે, અને તે પણ બેવડા ચોવડા પાટાપર બંને દિશામાં દર બે પાંચ મિનિટે દોડયાજ કરતી હોય છે. આ ઉપરાંત ન્યૂયૉર્ક એક લાંબી પટી જેવું શહેર છે અને તેની પૂર્વે અને પશ્ચિમે તેમજ વચ્ચે વચ્ચે નદી વહે છે તે પર પણ ભાડાની આગબોટો આખો દિવસ ફર્યા કરે છે. આટલું છતાંયે ન્યૂયૉર્કની પાંચમા એવેન્યુવાળા રસ્તાપર માણસોને ઉભા રહેવું પડે છે, અને સો બસો માણસો એકઠાં થાય ત્યારે ત્યાં ઉભેલો પોલીસમેન મોટારકારો અને બસ ગાડીઓને આવતી અટકાવી લોકોને સુરક્ષિતપણે જવા દે છે. વળી પાછા લોકોને આવતા જતા અટકાવી ઉભી રહેલી ગાડીઓની ભીડને ઓછી કરે છે. આમ વારાફરતી થોડી થોડી મિનિટે પોલીસને ફર્યાજ કરવું પડે છે.

લંડન અને ન્યૂયૉર્કનાં મોટાં મોટાં અને જાત જાતનાં સંગ્રહ-સ્થાનો, પ્રાણી પશુપક્ષીઓનાં અજબ ઘરો, નાટકશાળાઓ, અને મોટા જાહેર બાગો, તથા ઉઘડતા વસાતા અથવા વગર થાંભલે અદ્ધર લટ-કાવેલા પુલ જેના ઉપર થઇને રેલ્વે ટ્રેનો અને ટ્રામો તથા ગાડીઓ દોડયા કરતી હોય એટલુંજ નહિ પણ તે બધાની ઉપર બાગ બના-વેલો હોય, આવી આવી અજાયબીઓના વર્ણન માટે તો મોટા ગ્રંથો લખવા પડે છતાંયે ખરી શોભા અને અજાયબીનો ખ્યાલ વાંચનારને આપી શકાય નહિ તેવાં આ શહેરો છે. મકાનોની વાત પણ શી કરવી ? ન્યૂયૉર્ક શહેરમાં ગગનચુંબી ઘણાંક મકાનો છે, તેમાંનું એક Woolworth Building વૂલવર્થ બિલ્ડિંગ સાતસોને સાડીતાણું

ફૂટ ઉંચું અને પંચાવન માળવાળું છે. પૈસા આપી લોકો આ મકાનને છાપરે ચઢી નીચે રસ્તાપર નજર કરે છે તો ખરેખરજ માણસો કીડીઓ જેવડાં દેખાય છે, અને ગાડીઓ મંકોડા જેવડી નજરે પડે છે!! આ એકજ મકાનને બાંધવામાં ચાર કરોડ સાઠ લાખ રૂપીયા ખર્ચ થયું છે!!

આ રીતે વિદ્યાહુનરકળા તથા એકસંપીને પરિણામે પશ્ચિમની ગોરી પ્રજાઓએ જડ જગતમાં તથા બુદ્ધિવિકાસમાં જે મહાન્ ચમત્કારો સાધ્ય કર્યા છે, તેની આગળ ભારતવાસી આશ્ચર્યથી દિગ્મૂઢ બની જાય તેમ છે. તેથી તેમનું વર્ણન કરવું પડતું મેલી આ સર્વ રચના અને વૈભવને બનાવનાર લોકોનેજ આપણે તપાસીયે.

હિંદુસ્તાનના લોકોની અને પશ્ચિમના લોકોની વચ્ચેનો મોટો તફાવત આ દૃષ્ય જગત તરફની તેમની વૃત્તિ અથવા ભાવના સંબંધીનો છે. એકંદરે કહેતાં હજુયે હિંદુસ્તાનના લોકોમાં આસ્તિકતા, એટલે જીવ–ઇશ્વર–પરલોક–પુનર્જન્મ અને કર્મનો નિયમ એમાં ઉંડી શ્રદ્ધા રહેલી છે, અને તેથી તે સર્વેને સત્ય માની લેઇને તેની કસોટીએ કે આધારે આ દૃષ્ય જગતની પ્રત્યેક વાતની કિંમત આંકવામાં આવે છે. એથી ઉલટું હાલની પશ્ચિમની ગોરી પ્રજાને આ દુનિયાં તેજ સત્યમાં સત્ય, અને ખાસ ધ્યાન આપવા જેવી જણાય છે, અને તેથી તેમાં હોઇયે ત્યાં સુધી પોતાની જાતને અને બીજાં મનુષ્યોને જેટલાં સુખી કરી શકાય તેટલાં કરવા ઉપરજ ધ્યાન આપવામાં આવે છે; અને જે આ દુનિયાંને માટે સારૂં તેજ પરલોક ( જો તે ખરેખર હોય તો તે )ને માટે પણ સારૂં હોવુંજ જોઇયે, એમ તેઓ માનતા જણાય છે. આપણે એમ માનીયે છીએ કે સૃષ્ટિના આરંભકાળેજ દૈવી અવતારો, દેવતાઓ, મહાન ઋષિઓ, અને સારામાં

સારો જેવા થઈ શકે તેવા મહાપુરૂષો, આ દુનિયાંમાં જન્મ્યા હતા અને પોતાની જીવનલીલા વિસ્તારી ગયા હતા, અને ભવિષ્યની મનુષ્યજાતે કેવા બનવું તેનાં સર્વોત્કૃષ્ટ દષ્ટાંતો મુકી ગયા છે, તેથી તેનુંજ બને તેટલું અનુસરણ કરવું એજ આપણી આખી - પ્રજાનો આદર્શ હોવો જોઇયે એમ માનતા દેખાઇયે છીએ. એથી ઉલટું પશ્ચિમની ગોરી પ્રજાઓ એમ માને છે કે છેક કીટપતંગ–પશુપ્રાણીઓની અનેક જાતો સુધરતે સુધરતે એક જાતનાં વાનરો બન્યાં અને તે વાનરોમાંથી હાલની મનુષ્ય જાત આખરે બની આવી છે, અને તેથી ભૂતકાળમાં જો કે મહાન્ મહાન્ પુરૂષો અને નેતાઓ થઈ ગયા છે, અને તેમના જમાનાની દષ્ટિએ તથા તે સમયના સંજોગોને ધ્યાનમાં લેતાં ખરેખર તેઓને મોટા ગણવાજ જોઇએ, પરંતુ ઉત્તરોત્તર મનુષ્ય જાતનું જ્ઞાન અને શક્તિ વધતાંજ ગયાં છે, તેથી હાલની માનવજાતિજ સર્વોત્તમ છે, અને તેમાં હજુયે જે ભૂતકાળમાંથી મળેલી ખામીઓ રહી ગઇ છે તે દૂર કરતાં મનુષ્ય જાત એવી તો સારીને સારી બનતી જશે કે જેની જોડ ભૂતકાળમાં ખોળવી એ માત્ર મૂર્ખાઇજ છે. આવી માન્યતાને પરિણામે ધર્મની બાબતમાં, રાજ્યબંધારણમાં, સમાજ વ્યવસ્થામાં, કે વિજ્ઞાનશાસ્ત્રના સિદ્ધાંતોમાં, ગમે તેટલી ઉથલપાથલ કે ફેરફાર કરવાનું સૂચવનારા વિચારો કોઈ પણ માણસ અહિં પશ્ચિમમાં પ્રકટ કરે છે, તો તેને ગ્રાહ્ય ગણવા કે નકામા ગણવા તેનો સૂક્ષ્મમાં સૂક્ષ્મ બુદ્ધિવડે અગર તો પ્રયોગ કરી જોઇને નિર્ણય કરવામાં આવે છે. એથી ઉલટું અમુક વાત વેદ, મનુસ્મૃતિ કે ચરકસુશ્રુતનાં વચનથી વિરૂદ્ધ છે વા બહારની છે એમ સાબીત થાય તો તે વાત ખરાબજ હોવી જોઇએ એમ આપણે નિર્ણય કરીયે છીએ, અને પછી તેની અજમાયશ કરી જોવામાં અગર તો બુદ્ધિવાદને આધારે તેની સાર-

અસારતાનો વિચાર સરખોયે કરવામાં પાપ માનીયે છીએ. હિંદુસ્તાનમાં સ્ત્રીપુરૂષોએ મોટે ભાગે પોતાની જાતમાંજ રહેલા કામ ક્રોધ અહંકારાદિ ષડ્રિપુઓ અને અંતરમાંજ રહેલાં વિરોધી બળો સાથે યુદ્ધ કરવામાં જીવનનું સાર્થક્ય માન્યું છે; ત્યારે દૃષ્ય જગત તરફ આંખો મીંચી ધ્યાનસ્થ રહેતા આપણા લોકોનાં ખીસ્સાં કાતરી જઈ નહાલ થવું એને પશ્ચિમના લોકોએ વ્યવહાર કુશળતા ગણી છે, અને પવન–પાણી–પ્રકાશ–પૃથ્વી–વિજળી અને વ્યોમની વિવિધ શક્તિઓ સાથે બાથ ભીડી વિજયી થવામાંજ ખરો પુરૂષાર્થ અહિંના ગોરા લોકોએ માન્યો છે. જે હિંદુસ્તાન વિષે મેં કહ્યું તે ઓછા વધતા પ્રમાણમાં આખા એશીયાખંડને લાગુ પડી શકે છે. જ્યાં કરોડો મનુષ્યોના સમૂહોની વાત થતી હોય ત્યાં થોડા કે હજારોના અપવાદને નજર બહારજ રાખવા પડે છે. બાકી આપણા જેવા લોકો પશ્ચિમના દેશોમાં થયા છે, અને થાય છે; તેમજ ગોરાઓના જેવાં લક્ષણોવાળા લોકો આપણામાં પાકયા છે અને પાકતા જાય છે; તેની કોઈ ના પાડતું નથી. પરંતુ આ જગત તરફ જે બે ભિન્ન દૃષ્ટિબિંદુથી આપણે અને ગોરાઓ જોઇએ છીએ તેને પરિણામે તેમના અને આપણા પ્રયત્ન પુરૂષાર્થના પ્રવાહો બે જુદી જુદી દિશાઓમાંજ વહ્યા છે. અને તેથી ઇ. સ. ૧૮૬૫ માં હિંદુસ્તાનના મુંબાઇ શહેરમાંજ જન્મેલો એક ગોરો ઇંગ્રેજ કવિ કિપ્લિંગ કહે છે કેઃ—

The East is East, and the West is West,
--And the twain shall never meet.

( " પૂર્વના લોકો તે પૂર્વનાજ રહેવાના, અને પશ્ચિમના તે પશ્ચિમનાજ રહેવાના, અને તેમનો કોઇ કાળે મેળ બેસવાનો નથી " )

આ વચન અત્યંત જાણીતું છે, અને તેના સમર્થનમાં તેમજ વિરોધમાં ઘણોજ વાદવિવાદ થઈ ગયો છે, એટલે તે સંબંધે વધારે લખવા હું માગતો નથી. પરંતુ એટલું તો નિર્વિવાદ છે કે પશ્ચિમની પાસેથી પૂર્વને, અને પૂર્વ તરફની પ્રજાઓ પાસેથી પશ્ચિમની ગોરી પ્રજાઓને ઘણુંજ શિખવા જેવું છે. પરંતુ જાપાને પશ્ચિમની પ્રજાઓ જેવા બની જવાનો જબરો અખતરો કરીને, અને રૂશિયાએ હિંદુસ્તાન જેવા બનવાનો પ્રયત્ન કરીને, આખી દુનિયાંને ખળભળાવી મુકી છે. નવા જમાનાનાં નવાં નાટકો જગતની રંગભૂમિ ઉપર ભજવાય છે; પડદા પાછળથી શું શું ભવિષ્યમાં બહાર આવશે તે તો એકલો સૂત્રધાર ( પરમેશ્વર )જ જાણે ! !

સમાજશાસ્ત્ર કે રાજ્યબંધારણનો હું અભ્યાસી નહિ હોવાથી આ બાબતો વિષે વધારે લખવા પ્રયત્ન કરવો તે ગજા કરતાં વધારે ઉંડા પાણીમાં ઉતરવા જેવું થઇ પડે માટે મારા વૈદકીય વિષય તરફજ હવે વળું છું.

હિંદુસ્તાનમાં લાખો અને કરોડો મનુષ્યો અને પ્રાણીઓ જે રોગોથી પિડાય છે તેનું મૂળ કારણ નિર્ધનતા અને ગંદકી છે; ત્યારે પાશ્ચાત્ય દેશોની પ્રજાઓમાં દેખાતા મોટામાં મોટા વ્યાધિઓનું કારણ તેમના હૃદયપરના વૈભવ વિલાસો અને શહેરોની ગીચ વસતિમાં અથવા ખાણો કે કારખાનામાં અત્યંત કૃત્રિમતા ભરેલાં ખાનપાન અને જીવન જે તેઓ ભોગવે છે તેનેજ આભારી છે. અને કાં પૂર્વ કે કાં પશ્ચિમ, જયાં જુઓ ત્યાં વ્યાધિ અને દુઃખ માત્રનું ખરૂં આદિ કારણ તો અજ્ઞાન જ છે, એ જુનું પુરાણું સત્ય તો સર્વ સ્વીકારેજ છે, એટલે તે ઉપર મારે ખાસ ભાર મુકવાની જરૂર રહેતી નથી. છતાં જે પ્રજાઓમાં ફરજિયાત અને મફત કેળવણીના કાયદાઓને પરિણામે

લગભગ એકેએક મનુષ્ય ભણેલું હોય છે, ત્યાં પણ લાખો અને કરોડો મનુષ્યો ' અજ્ઞાન ' Ignorance ને લીધેજ રોગ અને દુઃખથી રીબાય છે. એવાં મારાં સ્પષ્ટ વચનો વાંચી કેટલાકોના મનમાં ગુંચવાડો ઉત્પન્ન થવાનો સંભવ છે. તેથી અત્રે ખુલાસો કરવાની રજા લેઉં છું કે લખતાં-વાંચતાં-હિસાબ ગણતાં શીખવાથીજ કાંઈ અજ્ઞાન માત્રનો નાશ થઇ જતો નથીઃ જો કે એ વાત ખરી છે કે જ્ઞાન મેળવવાનું હાલમાં એક અગત્યનું સાધન લખતાં વાંચતાં શીખવું એ છે. પરંતુ કેવા પ્રકારનાં આહારવિહાર અને રહેણી કરણી વડે આરોગ્ય અને સુખ મળી શકે, અને કેવા પ્રકારનાં આહારવિહાર તથા રહેણી કરણી રાખવાથી વ્યાધિ અને દુઃખ ભોગવવાં પડે. એ સંબંધીનું ગાઢ અજ્ઞાન આપણા દેશમાં તેમજ પશ્ચિમની પ્રજાઓમાં પણ પ્રસરી રહેલું છે. આપણા દેશની અત્યંત નિર્ધનતા અને તેને લીધે પેદા થતા રોગો અને દુઃખો દૂર કરવાના ઉપાય સૂચવવાનું કામ મારા કરતાં અન્ય વિદ્વાનો અને નેતાઓ જેમણે અર્થશાસ્ત્ર અને રાજનીતિનો ખાસ અભ્યાસ કર્યો હોય તેઓજ વધારે સારી રીતે કરી શકે. પરંતુ આપણાં શરીરો, આપણાં ઘરો, આપણા કુવા અને તળાવો, આપણી શેરીઓ અને ખાળ જાજરૂઓ, આપણાં ગામડાંઓ અને યાત્રાનાં સ્થળો એ દરેક અને સર્વેને સ્વચ્છ કરવાનું અને સ્વચ્છ રાખ્યા કરવાનું તો દરેક હિંદીએ શીખી લેવુંજ જોઇએ એમ કહ્યા વિના મારાથી રહેવાતું નથી. જેમ નર્કની સમીપમાં ઘણો કાળ રહેવાથી બીચારા ભંગીની ઘ્રાણેંદ્રિય ( વાસ પારખવાની શક્તિ ) જડ બની જાય છે. અને તેથી દુર્ગંધીની વચમાં પોતે વસતો હોય તોપણ તેની તે બીચારાને ખબર પડતી નથી, તેવુંજ કાંઇક હિંદુસ્તાનની હાલની પ્રજાને બનેલું લાગે છે, આમ ન હોય તો આપણે આપણા દેશમાં જ્યાં ત્યાં

ગંદકીથી ઘેરાયલા રહીએ છીએ છતાં તેને દૂર કરવા માટે આપણને શોભે તેવો કે તેટલો પ્રયત્ન આપણે દરેક જણ જાતે કરતા નથી એ ઘણીજ નવાઇની અને દુઃખની વાતનું બીજું કારણ મને જડતું નથી. સ્વર્ગસ્થ વિદુષિ **બેન નિવેદીતાએ** અને **મહાત્મા ગાંધીજીએ** આપણાં ઘરો, શેરીઓ, કુવાઓ, અને ગામ શી રીતે સાફ કરવાં તે પ્રત્યક્ષ પ્રયોગોથી બતાવી આપ્યું હતું, પરંતુ આપણા કમભાગ્યે તેમના દૃષ્ટાંત કે બોધની આપણા ઉપર અસર થયેલી જણાતી નથી.

જેમ બાલ્યાવસ્થામાં શીવડાવેલાં કપડાં સમય જતાં નાનાં પડે અને બંધ બેસતાં ન આવે, છતાંયે તેના ઉપરઃખોટી મમતા રાખી પોતાનાં અંગોને ખુબ સંકોચી સંકોચીને પણ તેનાં તે કપડાં પહેરવાનો મૂર્ખાઇ ભરેલો પ્રયત્ન સેવી કોઇ મનુષ્ય પોતાના શારીરિક વિકાસ અને વૃદ્ધિમાં મોટો અટકાવ કરે છે, તેમ આપણી હિંદી પ્રજા પણ હાલમાં કેવળ અર્થ વગરના, નકામા બંધનકારક, અને પ્રજાકીય વિકાસ–વૃદ્ધિ–પ્રગતિમાં અડચણ કરનારા, એવા કેટલાયે રૂઢિ રિવાજને તત્કાળ ફેંકી દઇ મુક્ત થવાને બદલે તેના બંધનમાં જકડાઇ રહેવાનું ચાલુ રાખી રહી છે, એ ઘણાજ શોક અને દુઃખની વાત છે. આવા કુધારા અને હાનિકારક રિવાજોમાંથી બાળલગ્ન, કન્યાવિક્રય, વગેરે વિષે હું પુર્વે ઉલ્લેખ કરી ગયો છું. તેથી આ સ્થળે તો તે બધાયને જન્મ આપનાર છતાં જેના તરફ આપણા લોકોનું લક્ષજ ખેંચાતું નથી એવા એક પ્રચંડ રાક્ષસ કે અજગર વિષે બે શબ્દો લખવાની જરૂર ધારૂં છું. આ મોટામાં મોટો કુધારો, અને અસંખ્ય સામાજિક ગુંચવાડા તથા દુઃખોનો જન્મદાતા છે.

## સ્ત્રીઓની ગુલામગીરીની દશા.

હા, હિંદુસ્તાનની હાલની સ્ત્રીઓની દશાને માટે ગુલામગીરી સિવાય બીજો સારો કે નમ્ર શબ્દ વ્યાજબી રીતે વાપરી શકાય તેમ

જ નથી, તે માટે હું પોતેજ અત્યંત દિલગીર છું. પરંતુ ગમે તેવું કડવું લાગે તોપણ સત્ય કહ્યા વગર છૂટકો જ નથી. આ સત્યની સામે જે જે દલીલો લાવવામાં આવે, અગર તો હિંદી સ્ત્રીઓની હાલની દશા સંતોષકારક છે. એવું સમર્થન કરવા માટે જે લૂલાં પાંગળાં બાનાં બતાવવામાં આવે, એવો સંભવ છે, તેની ઘણી ખરી દલીલો અને બાનાં યુરોપ અમેરિકામાંના હબસી ગુલામોના ધણીઓ તરફથી પણ ઘણા જોર શોરથી આગળ ધરવામાં આવ્યાં હતાં, છતાં આખરે તેમનું કાંઇજ ફાવ્યું નહિ; અને કોઇપણ મનુષ્યને ગુલામ બનાવવાનો હક્ક બીજા કોઇપણ મનુષ્યને હોયજ નહિ એ સિદ્ધાંત આખી સુધરેલી દુનિયાંએ સ્વીકાર્યો, અને દુનિયાં પરથી હબસીઓ અને બીજાઓની ગુલામગીરી નષ્ટ થઇ ગઇ. તેજ પ્રમાણે રાંકડી પ્રજાઓ ઉપર અત્યંત જુલમ કરનારા રાજકર્તાઓ પણ આવાજ પ્રકારની દલીલો અને બાનાં બતાવી પોતાના ઘાતકી અમલનો બચાવ કરતા હતા, છતાં તેવા જુલમીઓના રાજમુકુટો ક્યાંયે કાદવમાં રોળાઈ ગયા છે, અને પ્રજાઓ તેમની ગુલામગીરીમાંથી મુક્ત થઇ સ્વતંત્ર બની છે. અને મોડી વહેલી ભારતવર્ષની સ્ત્રીઓ પણ ગુલામગીરીમાંથી મુક્ત થયા વિના રહેવાનીજ નથી એમ મારી ખાત્રીજ છે. પરંતુ " વાવે તેવું લણે " એ કર્મના અચલ સિદ્ધાંત પ્રમાણે ગુલામગીરીની દશા ગુલામોનેજ નુકશાન કરે છે એમ નથી, પણ તેમને ગુલામગીરીમાં રાખી રહેનાર તેમના ધણીઓને તેથીયે વધારે નુકશાન થાય છે. એમ ઇતિહાસનાં સર્વ સમયનાં પૃષ્ઠો સ્પષ્ટ સાક્ષી પુરે છે. માટે આપણી સ્ત્રીઓના હિતને ખાતરજ ફક્ત નહિ, પણ આપણા પોતાના અને આખા દેશ તથા જગતના ભલાની ખાતર પણ હિંદુની સ્ત્રીજાતિની ગુલામગીરીની બેડીઓ તોડી નાંખવાની બહુજ જરૂર છે.

જો કોઈ માણસ એમ કહેવાની ધૃષ્ટતા કરતો હોય કે હિંદુ-સ્તાનની હાલની સ્ત્રીઓની દશાને ગુલામગીરી કહી શકાય જ નહિ, તો તેવા માણસને હું એટલીજ ભલામણ કરીશ કે કોઇપણ સારો શબ્દકોશ, ડિક્ષનેરી, કે સમાજશાસ્ત્રનું પુસ્તક, ઉઘાડી તેમાંથી " ગુલા-મગીરી " કે " ગુલામ " એ શબ્દની વ્યાખ્યા શોધી કાડો અને પછી તેમાં બતાવેલાં એકેએક લક્ષણો આપણી સ્ત્રીઓની હાલની દશાને લાગુ પાડી જુઓ, એટલે મારાં વચનોની સત્યતા માલુમ પડયા વગર રહેશેજ નહિ. અમુક નરપિશાચો પૈસા લેઇને મનુષ્યોને વેપારની વસ્તુની માફક વેચતા હતા, અને તેમને પૈસા આપી ખરીદનાર પછી તે બીચારાં ગુલામ બનેલાં મનુષ્યોના જાનમાલ અને શરીરના સંપૂર્ણ ધણી હમેશને માટે બની બેસતા હતા. બરાબર આવીજ રીતે કન્યાઓ અને સ્ત્રીઓનાં વેચાણ અને ખરીદી આજ પણ હજારોની સંખ્યામાં હિંદુસ્તાનમાં થાય છે, અને પૈસા આપી સ્ત્રીઓ ખરીદનારાઓ તેમના કાયદેસર ધણીઓ ગણાય છે, અને ખરીદેલી સ્ત્રીઓનાં તનમન અને ધનના સંપૂર્ણ સ્વામી બની જાય છે. પૈસા કોઇને મળે, અને ગુલામગીરી બીજાને કરવી પડે એવું હબસી ગુલામોની બાબતમાં બનતું હતું, તેજ પ્રમાણે કહેવાતા વાલીઓ કે માબાપો પૈસા લે અને જન્મપર્યંત ગુલામગીરી તો કન્યા કે સ્ત્રીઓને કરવી પડે. હબસી ગુલામો જીવનપર્યંત અથાગ વૈતરૂં કરે છતાં બદલામાં તેમને સુકો પાકો રોટલો અને પહેરવાનાં લૂગડાંજ મળે, પણ પગારની કે સ્વતંત્ર મિલકત સંપાદન કરવાની તેઓ આશા રાખી શકે નહિ. આપણી સ્ત્રીઓની બાબતમાં પણ આવુંજ છે. ઇજિપ્તમાં કોઇ રાજા કે મોટો જમીનદાર ગુજરી જતો તો તેના મુડદાની સાથે તેના ખાસ ગુલામોને પણ જીવતા દાટી દેવામાં આવતા હતા. તેવી રીતે આપણે ત્યાં પણ મરનાર ધણીની પાછળ તેની

જીવતી બેરીને બાળી મુકવામાં આવતી. અને હાલમાં સરકારી કાયદાથી આમ કરવાની સખત મનાઈ કરવામાં આવેલી છે, ત્યારે પણ ધણી મર્યા પછી તેની સ્ત્રીનું જીવન સળગતી શગડી જેવુંજ દુઃખથી તપતું મરણ પર્યંત આપણે બનાવી મુકીયે છીએ. જે જે રીતે વિચારી જોશો તે તે રીતે સ્ત્રીઓની દશા ગુલામગીરીનીજ છે, એમ સાબીત થયા વિના રહેશે નહિ. તેથી આ વિષે વધુ દલીલો નિરર્થક ગણી આપણે પ્રતિસ્પર્ધિઓ તરફની બીજી દલીલો સાંભળીએ.

કોઇ એમ કહેતા સંભળાય છે કે આપણી સ્ત્રીઓ તો પોતાની પ્રાપ્ત સ્થિતિથી સંતુષ્ટ છે. તો મારૂં એવું કહેવું છે કે ગુલામોના સર્વે ધણીઓ અને જુલમગાર રાજકર્તાઓ પણ હમેશાં આમજ કહેતા હતા કે, અમારા ગુલામો અથવા અમારી પ્રજા તો મોટે ભાગે પૂર્ણ સંતોષી અને સુખીજ છે, પરંતુ કોઈ કોઇ અપવાદ રૂપ મગજની ચસકેલી વ્યક્તિઓ અસંતોષ અને જુલમ તથા દુઃખની બુમો મારે છે. અને છુટા થવા વ્યર્થ બાથોડીયાં મારે છે. શું હાલના હિંદુસ્તાનની સ્ત્રીઓ સુખી અને સંતોષી છે? આંખ કાન ઉઘાડાં રાખી હિંદમાં ફરનારની ખાત્રી થયા વિના રહે તેમજ નથી કે આપણી સ્ત્રીઓ અત્યંત દુઃખી છે. સુધારકોના મંડળમાં જેમની ગણના થતી નથી એવા સર્વોત્કૃષ્ટ ગુર્જર સાક્ષર સ્વર્ગસ્થ રા. રા. ગોવર્ધનરામ માધવરામ ત્રિપાઠી પણ "સ્નેહમુદ્રા" માં લખી ગયા છે કે "પરદેશી સજ્જન! હિંદુઓ ગાળેજ જીવન ક્લેશમાં" એમ કહીને પછી આગળ તેજ કાવ્યમાં જણાવે છે કે કદાચ કેટલાક પુરૂષો આનંદ મઝા માણુતા હશે, પરંતુ સ્ત્રી જાતિના નસીબમાં તો રડવા અને દુઃખથી તપવા સિવાય બીજું કંઈ છેજ નહિ. અને મનુનાં વચનો પ્રમાણે "દેવતાઓ પ્રસન્ન રહે જ્યાં પામે સન્માન સુંદરી." **यत्र नार्यस्तु पूज्यंते रमंते तत्रः देवताः** તેથી જો સ્ત્રીઓ આપણે

ત્યાં પ્રસન્ન અને સુખી તથા સન્માન પામતી હોત તો દૈવી કોપનાં જ્યાં ત્યાં દર્શન હિંદુસ્તાનમાં હાલમાં થઇ રહ્યાં છે તે થાત જ નહિ. વળી જે બિચારી સ્ત્રીઓએ ખરી સ્વતંત્રતાનાં સ્વપ્નમાં પણ દર્શન એક ક્ષણવાર પણ કર્યાં ન હોય, અગર તે વિષે સાંભળ્યું પણ ન હોય, તે સ્ત્રીઓ બિચારી સ્વતંત્રતાની ઇચ્છાએ શી રીતે પ્રકટ કરી શકે? અને કદાચ કોઇ સ્ત્રી એવી ઇચ્છાનો એક શબ્દ પણ ઉચ્ચારે તો તેને "વંઠેલી", "કુભારજા", "અપતિવ્રતા," ઇત્યાદિ નિંદ્ય ગાળો ભાંડવા લાખો મનુષ્યો હમેશા તૈયારજ હોય છે, એટલે તે બીચારીનો શબ્દ પણ સંભળાવાનો સંભવજ ક્યાં છે ?

પરંતુ કોઈ કહેશે કે અમે સ્ત્રીઓને સ્વતંત્રતા આપવા માગીયે, તોપણ સારી કુલીન સ્ત્રીઓ તે લેવા મુદ્દલ તૈયાર કે રાજી નથી. તો તેમને મારૂં એમ કહેવું છે કે, કાઉંટ ડી લૉર્ગ Count de Lorge નામના એક ઉમરાવને ફ્રાન્સના પ્રખ્યાત બૅસ્ટાઇલના કિલ્લામાં લાગ-લાગટ ત્રીસ વર્ષ સુધી સખત કેદખાનામાં રાખ્યા પછી જ્યારે તા. ૧૪ મી જુલાઇ સન ૧૭૮૯માં બહાર કાઢી છુટો મુકવામાં આવ્યો ત્યારે બહારનો પ્રકાશ, ઘોંઘાટ, અને પ્રવૃત્તિ જોઇ તે ગભરાઈ ગયો અને વારેવારે વિનતિ કરવા લાગ્યો કે મહેરબાની કરીને મને કેદ-ખાનામાંજ પાછો જવાદો, અને ત્યાંજ બંધનમાંજ મારૂં જીવન પુરૂં કરવા દો. આ ઉપરથી શું કોઇ એમ કહી શકશે કે મનુષ્યને માટે કેદીની દશાજ વધારે ઇચ્છવા જોગ છે. આ કેદી ઉમરાવની પેઠે આપણી સ્ત્રીઓમાં ગુલામગીરી વગર જીવી જ ન શકાય એટલી બધી લાચારી આવી ગઈ હોય, અને પોતાને પહેરાવેલી બેડીઓ તોડવા દેવાનીજ ના આપણી સ્ત્રીઓ પાડતી હોય, તો ગુલામગીરી કેટલી બધી અને કેટલા કાળ સુધી તેમનું સર્વ સત્વ ચુસી રહી છે, અને

તેથી સ્ત્રીજાતિને બંધનમુક્ત કરવાની કેટલી બધી વધારે અને સત્વર જરૂર છે, એ વાત જ સાબીત થાય છે.

પરંતુ "કન્યાની દશામાં માતાપિતાને વશ, જુવાનીમાં પતિને વશ, અને વૈધવ્ય અથવા ઘડપણમાં પુત્રને વશ, એમ જન્મથી મરણ પર્યંત સ્ત્રીએ તો હમેશાં પુરૂષના તાબામાંજ રહેવું જોઇએ" એવા સ્મૃતિ શાસ્ત્રના વચનનો આધાર ટાંકીને કોઇ દલીલ કરે; તો મારો જવાબ એ છે કે, **नस्त्री स्वातंत्र्य मर्हति** એવાં વચનવાળો તમારો આ શ્લોકજ બતાવી આપે છે કે તે વચનો પ્રમાણે ચાલીને આપણે આપણી સ્ત્રીઓને આજ દિન સુધી ખરેખર અને ચોખ્ખી ગુલામગીરીમાં રાખી છે, અને આવી ભયંકર ગુલામગીરીના પરિણામે કોઈ પણ સારૂં કે મહાન્ કામ પોતાની જાતે ઉપાડી લેઇ સ્વતંત્ર રીતે તે પાર પાડવાની હિંમત કે શક્તિ સ્ત્રીજાતિમાંથી લગભગ નષ્ટ થઈ છે, અને ગુલામોના કપાળમાં ચોટેલું મોટામાં મોટું કલંક કાયરતા અને નિર્બળતા તે હાલની સ્ત્રીઓનું ખાસ લક્ષણ બની રહ્યું છે, અને તેથીજ સ્ત્રીઓને "અબળા" એવું અતિ પ્રસિદ્ધ પણ શરમભરેલું ઉપનામ મળેલું છે. આનાથી વધારે ખરાબી અને તેની સ્પષ્ટ સાબીતી બીજી શું હોઇ શકે ? ! !

વળી કોઇ કહે કે પણ સ્ત્રીઓને છુટ મળે તો તો તેઓ છેકજ વંઠી જાય, માટે સ્ત્રીઓને તો હમેશાં માર અને ધાક વડેજ ખુબ કબજે રાખ્યા કરવી જોઇએ, કારણ કે A woman, a spaniel, and a walnut-tree,—the more you beat them, the better they be એવી અંગ્રેજી કહેવત, તેમજ "ઢોર, ઢોલ, ધાન્ય અરૂ નારી—એ સબ તાડન કે અધિકારી" એવી આપણી દેશી કહેવતો છે. મારો તેમને એવો જવાબ છે કે બિહાર, ચંપારણ્ય, ફીજી, મૅારિશિયસ અને આફ્રિકાના ગોરા બગીચાવાળા અને કાર-

ખાનાવાળા માલિકો પણ આવીજ દલીલ અને આવાજ વિચારથી હિંદી મજુરોને ગુલામગીરીમાં કચરી રહ્યા છે. રશીયાનો ઝાર પણ આવાજ કારણને લીધે લાખો લોકોને દંડ તથા ભયંકર શિક્ષાઓ વડે દાબમાં રાખી રહ્યો હતો. સ્ત્રીઓ સર્વે સ્વભાવેજ ભ્રષ્ટ અને પાપી છે, અને માત્ર પુરૂષોના સખ્ત દાબ અને ભયથીજ ખુલ્લી રીતે પાપને માર્ગે જતી અટકી રહી છે, આવી નીચ દલીલ કરનારને મારે શું કહેવું, તે સુઝતું નથી. આવો અતિ ભ્રષ્ટ આરોપ તે પોતાની માતાઓ, બેનો, અને પત્નીની જાત સામે કરે છે, એવું તેને સ્મરણ કરાવવાની પણ શું મારે જરૂર છે ?

પરંતુ " **શામળ** નારિ નરકની ખાણ;" There is no evil without a woman at the bottom of it. જગતમાંના એકે એક પાપ અને ખરાબીનું મૂળ સ્ત્રીઓજ છે;" આવાં અત્યંત કઠોર અને નીચ વચનો તથા કહેવતો દેશે દેશમાં મળી આવે છે. પરંતુ સૂક્ષ્મ તપાસ અને વિચાર કરનારને માલુમ પડશે કે. Not woman, but the condition of woman, has been a doorway of evil. " સ્ત્રી પોતે નહિ, પણ તેની ગુલામગીરીની હાલત, એજ દુઃખ અને પાપનું કારણ છે."

પરંતુ પતિવ્રતાપણું, પવિત્રતા, અને શિયળના સંરક્ષણ વિષે, તથા ધણી વ્યસની, દુરાચારી, ભ્રષ્ટ, કે વ્યભિચારી હોય તો પણ તેની સેવામાં તત્પર રહી તેની આજ્ઞા હમેશાં માથે ચઢાવી, તેને હમેશાં ઇશ્વરની પેઠે પુજવો એવા ધર્મનો ઉપદેશ કથાઓમાં, ભાષણોમાં, ગરબીઓમાં, અને પુસ્તકોમાં, સ્ત્રીઓને એટલો તો વારંવાર કરવામાં આવે છે કે તે સુગ અને ઉલટી ઉપજાવે તેટલો કંટાળા ભરેલો થઇ પડે છે. જો પવિત્રતા, અને શિયળ–બ્રહ્મચર્યના સંરક્ષણ વિષેના ઉપદેશની ખાસ અને વધારેમાં વધારે જરૂર કોઇ જાતને હોય, તો તે

સ્ત્રી જાતિના કરતાં પુરૂષવર્ગને વધારે છે, એમ મારૂં ખાસ માનવું છે. કારણ કે વ્યભિચાર જેવો અવાચ્ય અને નિંદ્ય દુર્ગુણ સ્ત્રીજાતિ કરતાં પુરૂષોમાંજ વધારે રહેલો છે. બિચારી બિન અનુભવી સ્ત્રીઓને ફસાવી, નીચ દુરાચારમાં ઉતારી, પછી તેમને તજી દેઈ, હડકાયાં કુતરાંની માફક તેવી સ્ત્રીઓને સમાજમાંથી બહિષ્કાર અપાવનાર અધમ રાક્ષસો તે મોટે ભાગે પુરૂષોજ હોય છે. આબરૂ ભેર સહજ પરિશ્રમે જીવનની જરૂરિયાતો મેળવી શકાય તેવા સઘળા ધંધા તો પુરૂષોએ પોતાને કબજે કરી લીધા છે, અને સ્ત્રીઓને માટે તો છેક નાની ઉમરથી વિવાહને નામે ઓળખાતી ગુલામગીરી અને દળણા ખાંડણા જેવું ગદ્ધા વૈતરૂંજ રહેવા દીધું છે, અને આવી સખત શારીરિક મજુરી કરવાને શરીરમાં શક્તિ રહે તેવી હરવા ફરવા, ખુલ્લાં મેદાનોમાં રમતો રમવા, કે કસરતશાળાઓમાં અંગ ખિલવવાની છુટ તો તેમને માટે આપણે રહેવા દીધી નથી. એટલુંજ નહિ પણ નીતિ અને ધર્મના કાયદા પુરૂષો માટે એક પ્રકારના, અને સ્ત્રીઓ માટે બીજા અને ઘણાજ સખ્ત અન્યાય ભરેલા પ્રકારના બનાવ્યા છે. પહેરામણિના લોભથી, સારા કુટુંબ સાથે સંબંધ જોડવાની લાલચથી, નીચ વિષય વાસના પોષવા ખાતર, અગર પ્રજા નહિ થવાથી, અથવા કુટુંબના અણબનાવની ખાતર, એમ હજારો કારણો સર પુરૂષોને એક બૈરી હયાત છતાંએ ફરી ફરીને ઇચ્છા હોય તેટલી વાર લગ્ન કરવાની છુટ કે સ્વચ્છંદ સત્તા આપણે આપેલી છે. પરંતુ માતા બનવાની ગમે તેવી તીવ્ર ઇચ્છા ઇશ્વરે દરેક સ્ત્રીના હૃદયમાં મુકી હોય છતાં સંતાનની ઇચ્છાથી, કે પુરૂષની બાબતમાં ઉપર ગણાવેલાં એવાં કોઇપણ કારણ સર, સ્ત્રીને ફરીથી પરણવાની છુટ આપણે રાખી નથી. વ્યભિચારના દોષ માટે સ્ત્રીને જેટલી શિક્ષા કે ફિટકાર આપવામાં આવે છે તેનો હજારમો ભાગ પણ તેજ પાપના ભાગીદાર

પુરૂષને આપવામાં આવતો નથી. એક નિરાધાર અબળા ઉપર કોઈ નીચ રાક્ષસી પુરૂષ બળાત્કાર કરે, તોપણ તે વાત જાણવા છતાં નાતજાત ગામ અને દેશમાં તે નિર્દોષ સ્ત્રીને જેટલું શરમાવું પડે છે તેના હજારમા ભાગ જેટલુંએ તે પાપી પુરૂષને શરમાવું પડતું નથી, એટલુંજ નહિ પણ ઘણી વાર તો તે માણસ ઉલટો તે નીચકર્મ માટે અભિમાન ધારણ કરી શકે છે. અદાલતમાં ન્યાય મેળવવા જવા સામે પણ સ્ત્રીના માર્ગમાં સામાજીક રૂઢિરિવાજ અને વિચાર આવા દાખલામાં વિઘ્ન રૂપજ થઈ પડે છે, અને આ રીતે મોટે ભાગે 'ઉલટો ચોર કોટવાળને દંડે " એમજ બને છે.

એકજ માબાપને પેટે જન્મવાથી દરેક કન્યાને પોતાના ભાઇના જેવીજ મન અને શરીરની સર્વ શક્તિઓ વારસામાંજ મળેલી હોય છે, પરંતુ તે ખીલવવાની અનુકૂળતા કે સમય કન્યાઓને આપવામાં આવતો નથી, અને તેમ છતાં પાછળથી આપણે સ્ત્રીઓનો દોષ કાઢી કહીએ છીએ કે સ્ત્રીઓ દરેક રીતે પુરૂષથી ઉતરતી છે અને બહારની દુનિયામાં કામ કરવાને માટે નાલાયક છે. કેવા પ્રકારની કેળવણી સ્ત્રીઓને પોતાને લાભ કરતા નિવડે તેમ છે, તેનો તો વિચાર આપણે કરતા નથી, પણ સ્ત્રીઓને કેવી રીતે કેળવવાથી **પુરૂષોને** તે વધારેમાં વધારે ઉપયોગી થઇ શકે, એવી કેવળ સ્વાર્થી દૃષ્ટિથીજ આપણે સ્ત્રીકેળવણીના દરેક પ્રશ્નનો વિચાર કરીયે છીએ. છેક બાલ્યાવસ્થામાં જાતિના ભેદ તરફ બાળકોનું ખાસ ધ્યાન ખેંચવાની કંઇજ જરૂર હોતી નથી, છતાં છેક નાનપણથીજ આપણે કન્યાઓને પહેરવેશ, ભાષા, રમત, વગેરેમાં છોકરાઓથી જુદી પાડીયે છીયે, અને અમુક રમત, કે અમુક સાહસનું કામ, કે અમુક વર્તન તો " છોકરાઓનેજ કરવાની છુટ છે, " એમ કહી કન્યાઓની ખીલતી શક્તિઓને આપણે દાબી દેઇએ છીએ, અને જીવનને માટેની સર્વ જરૂરીયાતો પુરૂષની

માફક સ્વતંત્ર રીતે જગતમાંથી મેળવી શકાય તેવા સર્વે અવયવો, અંગો, અને શક્તિઓ સ્ત્રી માત્રને જન્મતી વખતેજ કુદરત આપે છે, છતાં તે શક્તિઓ ખીલવવા કે વાપરવાની તેની જન્મસિદ્ધ સ્વતંત્રતા આપણે ઝુંટવી લેઇને માત્ર પોતાના જાતિભેદ દર્શક અવયવો અને લાગણીઓનેજ અસ્વાભાવિક પ્રમાણમાં ખૂબ ખીલવીને તે વડે કોઇ એક પુરૂષનું મન કબજે કરી લેઇ તેની મારફતજ ખોરાકી પોષાકી, ધનમાલ, આબરૂ અને આ દુનિયાંની દરેકે દરેક વસ્તુ મેળવવી, એવો એકજ માર્ગ લેવાની આપણે તેને ફરજ પાડીયે છીએ. પશુપક્ષી કે પ્રાણીની કોઇ પણ જાતમાં માદા અથવા નારિજાતિ આટલી નિરાધાર કે પરવશ હોતી નથી. ઘોડી, સિંહણ, મરઘી, વાંદરી વગેરે સર્વ નારિજાતિનાં પ્રાણીઓ પોતાનો ખોરાક પોતાના પરિશ્રમથીજ, સીધી રીતે, સ્વતંત્રપણે, મેળવે છે; એટલુંજ નહિ પણ પોતાનાં બચ્ચાંનું પોષણ કરવાનો અને તેમનું રક્ષણ કરવાનો બોજો પણ મોટા પ્રમાણમાં તે માતાઓજ બજાવે છે. બીજાં બધાં પ્રાણીઓમાં જીવનવ્યવહારને માટે આવશ્યક જે જે કામો નરજાતિ કરે છે તે તે સર્વે કામો તેમની માદાઓ કે નારિજાતિ પણ કરે છે. ફક્ત મનુષ્ય જાતમાંજ પુરૂષોએ આવી સ્વતંત્રતા ઝુંટવી લેઇને સ્ત્રીઓને નિર્બળ, નિરાધાર, પરાશ્રયી, અને ગુલામગીરીને લીધે ઉત્પન્ન થતા સર્વે દુર્ગુણોવાળી, બનાવી મુકી છે. જે ખાસ અવયવો અને લાગણીઓનો ઉપયોગ માત્ર યોગ્ય પ્રમાણમાંજ, ફક્ત પ્રજા–સંતાન ઉત્પન્ન કરવામાંજ, બીજાં પ્રાણીઓ વાપરે છે, તે અવયવો અને લાગણીઓને જરૂર કરતાં ઘણા વધારે પ્રમાણમાં ખીલવીને તેની મારફત સંતાનોત્પત્તિ કરવાનીજ નહિ પણ ખોરાક–કપડાં–અલંકાર–ઘરબાર–માન આબરૂ–નામ અને કુળ વગેરે સર્વે વાનાં પણ તે વડેજ અને માત્ર એકજ પુરૂષની મારફત મેળવવાની ફરજ સ્ત્રીજાતિને પાડવાથી ઘોર

અન્યાય અને સમગ્ર મનુષ્યજાતને નુકશાન થયું છે, અને થયે જાય છે.

ઘરમાં રહી ઘરકામ કે મજુરી કરવાના બદલામાં, અથવા તો બાળકોને જન્મ આપવાના બદલામાં, સ્ત્રીઓને ખાનપાન કપડાંલત્તાં મળે છે, એમ કોઈ કહે તો તે વાત સાચી નથી. કારણકે જે શેઠાણીઓ જરાયે કામ કરતી નથી તેમને વધારેમાં વધારે કપડાંલત્તાં ગાડીઘોડા ખાનપાન આદિ મળે છે; અને ઘર કામના વૈતરાથી પોતાનું શરીર ઘસી નાંખનારી લાખો સ્ત્રીઓને તેનો હજારનો ભાગ પણ મળતો નથી, એક કે બે છોકરાંને બદલે આઠ દશ સંતાનોને જન્મ આપી ઉછેરનારી પત્ની એક કે બે સંતાનવાળી સ્ત્રીના કરતાં પોતાના પતિને વધારે વહાલી હમેશાં હોય એમ જોવામાં આવતું નથી.

પોતાના ક્ષુદ્ર શરીરની અંગત સેવામાં જન્મભર સુધીની સ્ત્રી ગુલામો મળવાથી પુરૂષો જરૂર કરતાં વધારે સ્વાર્થી; પોતાની ખાનગી જરૂરિયાતો અને અડચણોને જાહેર પ્રજાકીય જરૂરીયાતો કરતાં વધારે અગત્ય આપનાર; અને આખા કુટુંબના રક્ષણ તથા પોષણનો બધો બોજો ફક્ત પોતાના શિર ઉપરજ લેવાથી પરોપકાર અર્થે કે દેશની સેવા અર્થે આત્મભોગ આપવાની બાબતમાં વધારે ભીરૂ; તથા નિર્બળ અસહાય સ્ત્રીની જાત ( પત્નીના નામે ઓળખાતી પણ કેવળ પરાધીન–ગુલામ ) ઉપર પુરૂષોને ધણી તરીકે હદ વગરની સત્તા મળેલી હોવાથી, ઘરમાં આવતાંજ " નબળો ધણી રાંડ પર શૂરો " બની જઈ પોતાને મળેલી નિરંકુશ સત્તાનો ઘણીવાર દુરૂપયોગ કરવાનો; તેમજ સ્ત્રીજાતિનાં કૃત્રિમ રીતે સ્ત્રીત્વમાં લક્ષણો હદ ઉપરાંતનાં ખીલવેલાં હોવાથી, અને તેના દેહ ઉપર પોતાને મળેલી અમર્યાદ સત્તાના મદને લીધે પોતાની ઇંદ્રિયોને તે વશ રાખી શકતો નથી, અને તે રીતે વિષયવાંસનાના ગુલામ બનીને દેશમાં નિર્માલ્ય પ્રજા વધારનાર; તથા પોતાની જાતનો ક્ષય કરનાર; આવા આવા દુર્ગુણો વહોરી લેનાર

પુરુષો બની રહેલા છે. અને દરેક પુરૂષને જન્મ વખતે પોતાની માતા તરફથી નિર્બળતાનો વારસો અવશ્ય મળેજ છે તેથી આખી મનુષ્ય જાતિની ઉન્નતિમાં લાગલાગટ વિક્ષેપ નડયા કરે છે.

કન્યાવિક્રય, વિધવાઓની દુઃખી સ્થિતિ, વેશ્યા સ્ત્રીઓની હયાતી, દેશની દરિદ્ર અને દુઃખી અવસ્થા, સ્વાર્થ, ભીરૂતા, કુસંપ, બાળકોનું અત્યંત વધારે મરણ-પ્રમાણુ, ઘર કેળવણીનો અભાવ, અને કેટલાએ સદ્ગુણોની ખામી, તથા ઘણાક દુર્ગુણોનું અસ્તિત્વ—એ બધાના મૂળમાં પંદર કરોડ સ્ત્રીઓની ગુલામગીરી, પરાધીનતા, પરતંત્રતા, એજ કારણ તરીકે રહેલ છે; એમ ખૂબ ઉંડો વિચાર કરનારને જણાયા વિના રહેશેજ નહિ.

ઉપર લખેલા વિવેચન વડે હું એમ કહેવા નથી માગતો કે શિયળરક્ષણ, પાતિવ્રત્ય, બ્રહ્મચર્ય, એક પત્નીવ્રત, વૈધવ્ય વિધુરના, ધર્મ, ઇત્યાદિની કિંમત ઓછી અંકાવી જોઇએ. ઉલટો એ સર્વનો હું મોટો પ્રશંસક અને પક્ષપાતી છું, હું જે કહેવા માગું છું તે એ છે કે નીતિ તથા કેળવણીના ધોરણો પુરૂષ માટે એક પ્રકારનાં, અને સ્ત્રી જાતિ માટે બીજા પ્રકારનાં, ઘણાંજ વધારે સખત અને અન્યાય ભરેલાં, એવું ન હોવું જોઇએ. મનુષ્યજાતિની ઉન્નતિ અને વિકાસ, પોષણ અને રક્ષણ, મહેનત અને ગમ્મત, એ સંર્વમાં એક સરખો ભાગ લેવાની છુટ સ્ત્રીજાતિને મળવી જોઇએ. પોતાનાં ભરણ પોષણ વસ્ત્રાભૂષણને સીધી રીતે મેળવવાની છુટ નહિ આપીને ફક્ત તે મેળ-વવાની સ્વાર્થી જરૂરિયાત ખાતર કોઇ એક પુરૂષને લગ્નના બંધનમાં સપડાવી લેવાની અને પોતે ગુલામ બનવાની ફરજ સ્ત્રીજાતિને આ-પણે પાડવી ન જોઇએ. પરંતુ બીજાં ઉચ્ચ પ્રાણીઓની માફક માત્ર ઉત્તમ સંતતિ ઉત્પન્ન કરવાનાં ઉદ્દેશથીજ, અને જીવનપ્રવાસમાં એક ઉત્તમ સોબતી મેળવવાના હેતુથીજ, એક સરખા હક્ક અને જવાબ-

**દારીથીજ, સ્ત્રીપુરૂષનાં લગ્ન થઇ શકે તેવી ગોઠવણ થવી જોઇએ. અને તે માટે સ્ત્રીજાતિને પુરૂષોના જેટલુંજ આર્થિક સ્વાતંત્ર્ય મળવું જોઇએ.**

આ વિષય ઘણોજ વિશાળ તેમજ અગત્યનો છે, અને તે માટે ઘણીજ નવરાશ મેળવીને કેટલાક ગ્રંથો લખીને તથા બીજી રીતે આ વિચારો હિંદી ભાઇઓ અને બહેનોના મનમાં ઉતારવાની જરૂર છે. પણ હું હાલમાં હિંદુસ્તાનથી હજારો ગાઉ દૂર પડેલો છું, અને નવરાશ પણ મેળવી શકતો નથી, તેથી આ વિષયમાં છુટા છવાયા થોડાક વિચારોજ ઉપર પ્રમાણે વેરીને સંતોષ માનું છું. તેમને કળા પૂર્વક ગુંથીને એક સુંદર વિચારમાળા કે નિબંધરૂપે આપની સેવામાં હાજર કરી શકતો નથી, તે માટે દિલગીર છું. પરંતુ મારા લખાણ ઉપરથી ખેંચી તાણીને આડા અર્થ કાઢી વિચ્છેદક ટીકાઓ કરવાનો અન્યાય મારી ગેરહાજરીમાં મારા દેશબંધુઓ મને નહિજ કરે, એવી હું આશા રાખું છું. જો કોઇ પણ માણસને મારા વિચારો વિચારવા જેવા, તેને પુષ્ટિ આપવા જેવા, અગર તેનો વિરોધ કરવા જેવા જણાય; અગર મારા આ લખાણના સંબંધમાં સારી નરસી ટીકા પોતે લખે અગર બીજાએ લખેલી જુએ, તો તેની એક નકલ મને C/o. Dr. Benedict Lust, M. D., N. D., 110 East 41st Street, New York City, U. S. A. એ શિરનામે મોકલી આપવા મહેરબાની કરવી તો હું તેમનો ઘણો આભાર માનીશ.

## જાણવા યોગ્ય અમેરિકાના સમાચાર.

યૂરોપના કેટલાક રહેવાશીઓ જેમ હિંદના લોકો તરફ ચામડીના રંગ ઉપરથી તિરસ્કારની લાગણી ધરાવે છે તેવીજ રીતે ચામડી અને રંગ ઉપરથી અમેરિકાના કેટલાક વતનીઓ હબસીની જાતના ( નિગ્રોની જાતના ) ગણી કાઢે છે. હબસીઓ તરફ હજુ પણ અમેરિકનોને

ઘણો તિરસ્કાર છે. ગોરા પુરૂષોના વીર્યથી હબસણોને પેટે જન્મેલા અને તેવી રીતે એક બે પેઢીઓ ગએલી તેવા હબસીઓની ચામડી બહુ કાળી હોતી નથી. જન્મથીજ તેઓ ઇંગ્રેજી રાત દિવસ બોલે છે. અને તેમના વાંકડીયા વાળ તરફ લોકોનું ધ્યાન ન જાય તે માટે તેમજ રીવાજ પ્રમાણે તેઓ માથાના વાળ ખુબ ઝીણા કતરાવે છે, અને અમેરિકનો માફક દાઢી મુંછ મુડાવે છે એટલે અત્રેના સાધારણ અમેરિકનો તેમની અને હિન્દુઓની વચ્ચે બહુ તફાવત સમજી શકતા નથી. જેની ચામડી ગૌર વર્ણની ન હોય તેને કેટલાક હજામો હિન્દુ-ઓની હજામત કરવા પણ ના પાડે છે. કેટલાક ઘરો ને હોટલોમાં હિન્દુઓને રાખવામાં આવતા નથી આવી અમેરિકામાં સ્થિતિ છે. મહાન્ સ્વામી વિવેકાનંદે હિન્દુ નામની કીર્તિ વધારી પરંતુ એક વિવેકાનંદ શું કરી શકે? ખાસ કરીને ધર્મ અને ફિલસુફીના અ-ભ્યાસીઓએજ તેમનું નામ સાંભળ્યું હોય છે, આ દેશમાં તે વિષયોમાં રસ લેનારનું પ્રમાણ ઘણું ઓછું છે. દર મહિને બસો ચારસો ડોલર ખર્ચી શકનાર હિન્દુઓને તો ઉપર કહી તેવી જાતિ ભેદની અડચણો બહુ નડતી નથી, કારણ અમેરિકાના લોકો પૈસાના મોટા પૂજક છે.

ન્યુયોર્ક શહેરમાં દર એક બે દિવસે હથીયારબંધ માણસોથી કરાતી લૂંટના દાખલા બનતાજ રહે છે. મોટા સરીયામ રસ્તા ઉપર અગર લોકોના રહેવાના ઓરડાઓમાં હિંમતવાલા લુંટારાઓ જઇ રીવોલ્વર ધરી કહે છે કે "હેન્ડઝ અપ." Hands up ( એટલે બન્ને હાથ ખાલી સીધા ઉંચા કરી રાખો ) જો તેમ કરવામાં આવે તો મારી નાખે છે, નહિ તો તેવી રીતે આપણા હાથ ઉંચા રખાવીને હાથ આવે તે લૂંટીને ચાલ્યા જાય છે. આવા દાખલા લગભગ દર રોજ બનતા હોવાથી લોકો તે તરફ બહુ ધ્યાનજ આપતા નથી. પાશ્ચાત્ય સુધારાનું તે એક અનિવાર્ય અંગજ છે એમ સર્વે જાણે અને

માને છે. પોલીસ લોકો પોતાથી બનતું કરે છે. કરોડાધિપતિઓના છોકરાઓને ઉઠાવી જઇ તેમનું હરણ કરી જઇ સંતાડી રાખી પછી પત્રો લખવામાં આવે છે. હજાર કે લાખ ડોલર અમુક દિવસ પહેલાં અમુક રીતે પહોચાડવામાં નહિ આવે તો હરણ કરાયલા છોકરા છોકરીનું ખૂન કરવામાં આવશે મોટે ભાગે આવી આફતો પૈસાદાર લોકોના ઉપરજ આવે છે. આપણા દેશમાં કલકતામાં જે લુંટો થાય છે તે પણ આવી સુધરેલી ઢબની લુંટોનુંજ અનુકરણ છે એમ કહીએ તો તેમાં અતિશયોક્તિ ન ગણાય.

લંડનની પેઠે ન્યુયોર્કમાં અરધા ભુખ્યા રહેવું પડતું નથી. તૃપ્તિ થાય તેવી ભોજનની ચીજો અહી મળે છે. ચાલુ મે માસમાં અહી વરસાદનાં ઝાપટાં પડતાં બંધ થયાં છે. અને માર્ચ ( ચૈત્ર ) માસની હિન્દુસ્થાનની રૂતુ જેવી રૂતુ અહીં ચાલી રહી છે. અહિંના લોકો કહે છે કે જુન, જુલાઇ, ઓગષ્ટ, જેઠ વદથી તે ભાદરવા સુદ સુધી અહિં ઉનાળાની રૂતુ ચાલશે. હિન્દુસ્તાનના ચોમાસા જેવી વર્ષારૂતુ અહિં અમેરિકામાં છેજ નહિ. આપણી દૃષ્ટિએ શિયાળો અને ઉનાળો એવી બેજ રૂતુ અમેરિકામાં છે એમ કહીએ તો ચાલે. તેમાંથી અરધો શિયાળો બર્ફ અવાર જવાર વરસતો રહે છે. બરફના વરસાદવાળો ખરો સખત શિયાળો ક્રિસ્ટમસથી શરૂ થઇ અરધા માર્ચ સુધી ચાલે છે.

હાલમાં અહીંની રૂતુ એવી સરસ ચાલે છે કે આપણા દેશના લોકોને ઘણીજ માફક આવે નહિ. ટાઢ, તેમજ નહિ તાપ, એવી આબોહવા છે. ન્યુયોર્ક એટલું બધું સ્વચ્છ ગામ છે અને જાજરૂઓ સુદ્ધાં એટલાં બધાં હમેશાં સ્વચ્છ રહે છે કે અહીંની પાશ્ચાત્ય રીતિથી અજાણ કોઇ મનુષ્ય તેને જાજરૂજ સમજે નહિ. જાજરૂ જવાનું પાત્ર ઘણે સ્થળે બાથટબ–સ્નાન પાત્રની જોડમાંજ હોય છે– હમેશાં સ્વચ્છ પાણીથી જાજરૂનું વાસણ ભરેલું હોય છે અને વપરાયા

પછી સાંકલ ખેંચતાં તદન ધોવાઈ સ્વચ્છ થઇ જાય છે. પાણી ઉંચામાં ઉંચા માલે પણ છુટથી અને ચોવીસે કલાક આવ્યા કરે છે. રસ્તાઓ એવા સપાટ તદન ધૂળ વગરના અને સ્વચ્છ હોય છે કે સીસાપેન વડે તેના ઉપર ઝીણા અક્ષરે લખી શકાય અને બીજા તે વાંચી શકે આટલી સ્વચ્છતાને લીધે ઘરમાં કોઇ સ્થળે એક પણ માખી કે મચ્છર કે માંકણ કે ચાંચડ સરખો દેખવામાં આવતો નથી આને પરિણામે અહિ ચેપી ઉડતા રોગો અને મહા મારીઓ ભાગ્યેજ થઈ શકે છે. ખાણો કે કારખાનાઓમાં કામ કરનારાઓને કેટલીક જાતના રોગો થતા હશે; અને અકસ્માતો તથા આપઘાતો તથા ખૂનોથી ઘણાના જાન જાય છે એ વાત ખરી પણ આ બધાની સાથે મહારે ખાસ સંબંધ નથી.

ચીના લોકોએ ન્યુયોર્ક શહેરનો એક મોટો લત્તો વસાવ્યો છે. જેને ચાઇનાટાઉન (China Town) કહે છે. ત્યાં આગળ આમલી, વંત્યાક, દુધી, આરીયું, મસુર અને તુવરની દાળ, સોપારી, અને નાગરવેલનાં પાન અને પાકી કેરીઓ (Mangoes) ઘણીજ મિષ્ટ જાતની વેચાતી મળી શકે છે.

આપણને સંતોષ ઉપજી શકે તેવી રીતે આપણો અન્ન અહાર ખાવાનો મળે છે. દાળ, ચોખા, શાક, દૂધ વગેરે વેચાતું મળે છે. એટલે આપણા હિન્દુસ્તાનના રહેનાર જેઓ તેવા આહારથી ટેવાઇ ગયા હોય ને માંસ ભક્ષણ ન કરતા હોય તેવાને પણ અત્રે પૈસા ખર્ચવાના હોય તો હરકત આવતી નથી.

પ્રથમ જણાવ્યા પ્રમાણે ઑગસ્ટ માસમાં તથા સપ્ટેમ્બરમાં એવી ઋતુ ચાલ્યા કરશે કે જેને અહિના લોકો ગ્રિષ્મ અથવા ઉનાળો ગણે છે, પરંતુ તે ગુજરાતની વસંતઋતુ જેવી સુખદ મને તો લાગે છે. અત્રેનાં જાહેર "પાર્ક" અથવા બાગના તળાવોમાં હજારો છોકરાં મોટી મોટી રમકડાં જેવી શઢવાળી હોડીઓ તરાવે છે, અને બીજી ઘણી રમતો રમે છે. એક જળચર પ્રાણીઓનું મોટું સંગ્રહસ્થાન છે

તેમાં કાચની બાજુઓવાળા સેંકડો ઓરડાઓ છે, અને તેમાં જાત-જાતની નાની મોટી માછલીઓ, કાચબા, વગેરે તરતાં કે વિશ્રાંતિ લેતાં જોવામાં આવે છે. પાણીની અંદર રેત, શંખલા, છીપો, ખડકો, વનસ્પતિ વગેરે એવી રીતે મૂકેલાં હોય છે કે આપણને જોનારને, તથા તે પ્રાણીઓને એમજ લાગે કે તેઓ સંગ્રહસ્થાનમાં નહિ, પણ તેમના કુદરતી રહેઠાણમાં મઝા કરી રહ્યાં છે. મગર, મોટા કાચબા, પાણીના સિંહ વગેરેને પણ આવી રીતે રાખેલા છે. અંદરનું પાણી બધો વખત બદલાતુંજ-વહેતુંજ-રહે માટે જબરાં પંપીંગ એન્જીન રાખેલાં છે, જેને લીધે પાણી નીચેથી દાખલ થાય છે, અને ઉંચેની સપાટી આગળથી જાળીથી ઢંકાયલા મોટા નળ વાટે ચાલ્યું જાય છે. છોકરાં-ઓ પણ સર્વ ભણેલાં અહિં હોય છે, એટલે તે પ્રાણીઓનાં નામ, મૂળ રહેઠાણ, તેમની ખાસીયતો, તેમનો ઉપયોગ વગેરેની સ્પષ્ટ મહિતી દરેક સ્થળે લખેલી હોય છે તે વાંચે છે, અને પ્રાણીવિદ્યાનું પ્રાથમિક જ્ઞાન આનંદથી પણ ઉત્તમ પ્રકારે મેળવે છે. નાનાં બાળકોથી મોટાં માણસો સર્વેને મફત જોવા જવા દેવામાં આવે છે. બીજી બધી જાતનાં પ્રાણીઓ, એટલે કે, હાથી, ઉંટ, જીરાફ, ઝીબ્રા, અનેક જાતના જીવતા સાપ, નાગ, દેડકા, વીંછી, કાનખજુરા, સિંહ, વાઘ, વરૂ, સાબર, સસલાં, શાહુડી, શિયાળ, શહામૃગ, ગરૂડ, ગીધ, કાંગારૂ, વગેરે, વગેરે એક ઘણાજ મોટા બાગ ( જેને ઝૂઑલૉજીકલ ગાર્ડન્સ કહેવામાં આવે છે તે ) માં રાખેલાં છે. આમાં પણ મફત જઇ શકાય છે. લલિત-કળાનું એક ગંજાવર જાહેર સંગ્રહસ્થાન છે, ત્યાં આખી દુનિયાંનાં સારાં સારાં ચિત્રો, પુતળાં, બખતરો, હથિયારો, વાસણો, મૂર્તિઓ, પહેરવેશ તથા ઘરેણાં ફરનિચર વગેરે વગેરે સુંદરતાના સર્વ પ્રકારના ઉત્તમોત્તમ નમુના લાખો કરોડો રૂપીયા ખરચીને આખી દુનિયાં પરથી લાવીને અત્રે એકઠા કરેલા છે. ઇજિપ્તમાંથી આખીને આખી કબરો ખોદી લાવીને અહિં મૂકી છે, એટલુંજ નહિ, પણ પાંચ છ હજાર

વર્ષ પૂર્વે દાટેલાં રાજા રાણીઓ કે કુંવર કુંવરીઓ, ધર્મગુરૂઓ કે વિદ્વાનોનાં આખાંને આખાં મુડદાં પણ અત્રે લાવી રાખેલાં છે. પ્રાચીન ઇજીપ્તના લોકો એમ માનતા કે માણસનું મુડદું જ્યાં સુધી ખવાઇ ગયાં વગરનું રહે ત્યાં સુધી તેનો જીવ પણ સ્વર્ગમાં સુખ ભોગવી શકે છે. આવી માન્યતાથી માણસનું મુડદું કોહી કે ખવાઇને માટી ન બની જાય તે માટે મુડદાંને સાચવી રાખવાની બહુ અદ્‌ભુત કળા પ્રાચીન ઇજીપ્તના લોકો સીખ્યા હતા, તેને લીધે હજારો વર્ષો થઇ ગયા છતાં મુડદાંઓ હાડમાંસ ચામડી સહીત આજ સુધી જળવાઇ રહેલાં છે. આવાં મુડદાંને અંગ્રેજીમાં "**મમી**" કહે છે, અને માણસને કચ્ચર વાગ્યું હોય કે મૂઢમાર પડેલો હોય ત્યારે ઉપચાર તરીકે દેશી લોકો આપણે ત્યાં જે "મમી" કે "મમઇ" કે 'મુંમઇ" ઘસીને પાય છે તે આવીજ કોઇ ચીજ હશે એમ મને લાગે છે. આ સંગ્રહસ્થાનમાં કેટલીક સ્ત્રીઓ તથા પુરૂષો જેઓને ઉત્તમ ચિત્રકળા આવડતી હોય તેઓ ત્યાં ચિતરવાનું કામ કરી શકે તેવો સગવડ કરી આપવામાં આવેલી છે. પ્રાચીન અર્વાચીન કાળના સર્વે દેશના ઉત્તમ ઉત્તમ ચિત્રકારોનાં ચિત્રો અને કારીગરીના લાખો નમુનાની વચમાં બેસી ચિતરવાનું મફત મળે એ કેટલો અમૂલ્ય લાભ કહેવાય, તે વાત માત્ર રસજ્ઞોજ બરાબર સમજી શકે. જયાં ત્યાં ઉચકીને ફેરવી શકાય તેવી ઘોડીઓ પર ચિત્ર જેના પર ચિતરવાનું હોય તે કેનવાસ જડેલાં ચોકઠાં લટકાવીને પોતાને પસંદ પડે, અગર જેનું અનુકરણ પોતે કરી શકે, તે છબી આગળ ઉભા રહી સ્ત્રી ચિત્રકારો તેમજ પુરૂષ ચિત્રકારો કામ કરી રહ્યાં હોય છે. બાલ્યાવસ્થાથી સંગીત તથા ચિત્રકળા આદિ લલિતકળાઓ તરફ મને અત્યંત પ્રેમ હોવા છતાં, બીજા અભ્યાસમાં રોકાઇ રહેવું પડયું તેથી તથા પુરતાં સાધનના અભાવ આમાંનું કાંઇ હું શીખી શક્યો નથી, પરંતુ આ સંગ્રહસ્થાનમાં જાણે દિવસોના દિવસો સુધી બેસીને જોયાજ કરૂં એમ તીવ્ર લાગણી મને થતી, પરંતુ

આવી લલિતકળાઓ શીખવા કે તેની મઝા માણવા માટે હું અમેરિકા આવેલો નથી, એ વિચાર આવતાં મનને વશ રાખી ત્યાંથી બહાર નિકળી આવ્યો હતો.

ઇજિપ્તના કેરો શહેરમાં ઇ. સ. પૂર્વે ૧૬૦૦ વર્ષ પહેલાં (એટલે આજથી સાડાત્રણ હજાર વર્ષ અગાઉ) એ મોટા સ્તંભ કે થાંભલા ત્યાંના રાજા તરફથી ઉભા કરવામાં આવ્યા હતા. આ થાંભલા એકજ આખા સળંગ આરસપહાણના, ચાર બાજુઓવાળા, અને નીચેથી ઉંચે ટોચ તરફ ધીરે ધીરે અણિદાર બનતા જતા આકારના (જેને ઇંગ્રેજીમાં "ઓબેલિસ્ક" કહે છે તેવા) બનાવેલા છે અને તેની ઉપર બધી બાજુએ છેક ઉપરથી નીચે સુધી લેખ કોતરેલા છે. આ બે સ્તંભ પ્રથમ ફેરોહાની સોય તરીકે, તથા પાછળથી રાણી કલીઓપેટ્રાની સોય (કલીઓ પેટ્રાઝ નીડલ) તરીકે પ્રસિદ્ધ થયા હતા. આમાંના એકને લંડન લેઇ જઇ ટેમ્સ નદીના કિનારે ઉભો કરવામાં આવ્યો છે, અને આ બીજો બાકી રહેલો સ્તંભ અહિં અમેરિકા લાવી ન્યૂયૉર્ક શહેરમાં ઉભો કરવામાં આવ્યો છે. આ થાંભલાને ન્યૂયૉર્ક લાવવાનું ખર્ચ (એટલે ભાડુંજ) રૂ. ૩૦૭૦૦૦ (ત્રણ લાખને સાત હજાર રૂપીયા) થયું છે. આ એકજ સળંગ પત્થરમાંથી બનાવેલો થાંભલો ૬૯$\frac{૧}{૨}$ ફૂટ ઉંચો, તથા તળીયે સાત ફૂટ નવ ઇંચ ચોરસ, અને વજનમાં ૪૪૮૦૦૦ (ચાર લાખ અડતાળીસ હજાર) રતલ છે. આવો અતિ ગંજાવર સ્તંભ સિયેન Syeneમાં ઘડી ત્યાંથી હજાર ગાઉ દૂર આવેલા સૂર્ય દેવના શહેર (હેલિયો પોલીસ જે કેરોની નજીક આવેલું છે તે) માં તેને લેઇ જઇ મજબુત રીતે, ગબડી ન પડે તેવી રીતે, તેને ઉભો કરવાનું અતિ પ્રાચીન કાળમાં ઇજિપ્તના લોકોથી શી રીતે બની શક્યું હશે તે આજસુધી નહિ સમજાયલી વાત છે. પરંતુ વર્તમાન જગતના સૌથી અદ્‌ભુતમાં અદ્‌ભુત ન્યૂયૉર્ક શહેરમાં નજરે પડતા અસંખ્ય ચમત્કારોનું હું શું વર્ણન કરી શકું ?! એટલો સમય, સાધનો, અને શક્તિ ક્યાં છે? માટે કલમને અટકાવવી પડે છે.

---

# રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્ર.



## રોગનું નિદાન કરવા ઇતર વૈદ્યક પદ્ધતિમાં બતાવેલો માર્ગ અને તે પદ્ધતિનું સાધારણ સ્વરૂપ.

આર્ય વૈદ્યક, યુનાની વૈદ્યક, અને યૂરોપિયન વૈદ્યક, એ સર્વમાં રોગ પરીક્ષા શાસ્ત્રની અત્યંત મહત્તા માનેલી છે. રોગનું નિદાન કરવા માટે યૂરોપિયન ડૉકટરોએ આજસુધીમાં લાખો મડદાં ચીરેલાં છે, તોપણ તેનું નિદાનશાસ્ત્ર અદ્યાપિસુધી પૂર્ણ થયેલું જણાતું નથી. યૂરોપિયન વૈદ્યકની પૂર્ણ માહિતી મેળવવા માટે પ્રત્યેક અવયવનીજ નહિ પરંતુ પ્રત્યેક સૂક્ષ્મ ભાગનું સ્થાન, તેની રચના, અને તે ક્યાં ક્યાં તત્ત્વોનું બનેલું છે તે, અને તેના વ્યાપારનું જ્ઞાન પણ મેળવવું પડે છે. આજ પ્રમાણે ઇન્દ્રિયોનો વ્યાપાર કેમ ચાલે છે તે જોઇને તે કેવી સ્થિતિમાં છે તેની પણ ઓળખાણ પડે એવું જ્ઞાન સંપાદન કરવું પડે છે. તેમજ છાતી યકૃત ઇત્યાદિ અવયવ ઉપર આંગળીથી ટકોરા મારી તે અવયવમાં વિકાર થયો છે કે કેમ તેની પણ માહિતી મેળવવી જોઇએ. સિવાય રોગની પરીક્ષામાં ચૂક ન થાય માટે નાડી, મૂત્ર, નેત્ર, કાન અને અન્ય ઇન્દ્રિયો તપાસવા માટે સેંકડો યંત્રની તેમને સહાય લેવી પડે છે. ખરેખર આ કામ માટે જે હજારો યંત્રો કલ્પના કરીને લોકોએ શોધી કાઢયાં છે તે જોઇને મનુષ્યની કલ્પના શક્તિ સંબંધી કોઇ પણ માણસને આશ્ચર્ય થયા સિવાય રહેશે નહિ. આવાં સર્વ સાધનોમાં હાલમાં સૂક્ષ્મદર્શક યંત્રનું મહત્વ વધારે જણાય છે. કારણકે કેટલાક રોગનું કારણ સૂક્ષ્મ જંતુજ હોય છે એમ સાંપ્રતકાળની શોધથી ઠર્યાથી આ યંત્રની જરૂર ડૉક્ટર લોકોને વધારે પડે છે.

પ્રાચીન પદ્ધતિ પ્રમાણે પરીક્ષા કરવાને રેાગી સંબંધી સેંકડેા વાતેા વૈદ્યને જોવી પડે છે. તે તે રેાગીની નાડી અને જીભ જોવી પડે છે, ફેફસાં તથા રક્તાશય કેવાં છે તે જોવા માટે છાતી અને પીઠ ઉપર આંગળીથી ઠેાકી જોવું પડે છે. આ સિવાય લિવ્હર, યકૃત, બરેાળ અને પેટ પણ જોવું પડે છે; અને જરૂર પડેથી (રેાગી સ્ત્રી હેાય તેા ) યંત્રની સહાયથી જનનેંદ્રિય પણ તપાસવી પડે છે. રક્તનું ઉષ્ણતામાન તપાસવા માટે બગલમાં કિંવા મુખમાં થરમામિટરની નળી રાખવી પડે છે, અને એટલાથી પણ ખાત્રી ન થાય તેા રક્ત, મુખમાંની લાળ, પેશાબ, અને વિષ્ટાની અને વિશેષ પ્રસંગે ત્વચા તથા સ્નાયુનેા સૂક્ષ્મ ભાગ કાપી કાઢીને તેની પણ યંત્રાદિકની સહાયથી પરીક્ષા કરવી પડે છે. એ સામાન્ય પરીક્ષા થયા પછી ડૅાક્ટર સાહેબ નેત્ર, કાન ઇત્યાદિ વિશિષ્ટ ઇન્દ્રિયેાની પરીક્ષા કરે છે; અને કેાઇ કેાઇ વાર એ પરીક્ષા માટે તે તે ઇન્દ્રિયેાના ખાસ નિષ્ણાત (સ્પેશ્યાલીસ્ટ) ડૅાક્ટરેા પાસે જવાને કહે છે. આ સિવાય રેાગ સંબંધી નિશ્ચય કરવા માટે કેટલાક પ્રશ્નેા રેાગીને ડૅાક્ટરેાએ પૂછવા પડે છે, તથાપિ આશ્ચર્યની વાત એ છે કે આટલેા દીર્ઘ પ્રયાસ કરીને પણ રેાગીની પ્રકૃતિનું સામાન્ય સ્વરૂપ કેવું છે, અને તેને આગળ કયેા રેાગ થવાનેા સંભવ છે ઇત્યાદિ વાતનેા નિર્ણય ડૅાક્ટરેાથી થતેા નથી તે નથીજ. અમુક ઇન્દ્રિય નીરેાગી છે, અમુક ઇન્દ્રિય જરા બગડી છે, અને અમુક ઘણીજ બગડી ગઇ છે ઇત્યાદિ વાતેા સિવાય બીજી કાંઇજ માહિતી ડૅાક્ટર રેાગીને આપી શકતા નથી. એમ ધારેા કે આગળ કહી ગયા તેવેા નિર્ણય ડૅાક્ટર રેાગીને કહી બતાવે તેા પણ તે નિર્ણય માત્ર રેાગીએ કહેલી હકીકત અને રેાગીની એકંદર ચર્યા ઉપરથીજ કરેલેા કહેવાય. અર્થાત્ આવા પ્રકારની નજર ડૅાક્ટરની અગર હેાસ્પિ-

ટલમાં કામ કરનાર નર્સની અનેક રેાગીએા જોવાથી અને પુષ્કળ દિવસના અનુભવથી સહજ પહોંચી શકે એમાં કંઇ નવાઇ જેવું નથી.

આવા પ્રકારની રેાગની પરીક્ષા કરવાની પદ્ધતિ વિશેષ ઉપયેાગી છે એમ કહી શકાય નહિ. કારણ આવા પ્રકારની પદ્ધતિથી ઘણી વખત પરીક્ષા ખાત્રીની થતી નથી. એ બાબતનેા અનુભવ જોવેા હેાય તેા એક રેાગીને જુદા જુદા ડૅાક્ટરને બતાવવેા અને પછી જોવું કે તેમનું નિદાન એકમેકથી કેટલું જુદું પડે છે, ઉત્પન્ન થએલા વિજાતીય દ્રવ્યથી જ્વરની ઉત્પત્તિ થાય છે અને તે વિજાતીય દ્રવ્ય શરીરમાંથી કાઢી નાખ્યા સિવાય જ્વર કમી થતેા નથી. આ જ્વર પ્રથમ તેા સૂક્ષ્મ હેાય છે અને તે શરીરમાં ગુપ્ત રૂપે રહે છે. પરંતુ પ્રકૃતિમાં કંઇ ફેરફાર થવાથી અથવા શરીરમાં જે ઉથલપાથલ થાય છે તેમાં વિશેષ ફેરફાર થવાથી અથવા હવામાં થતા ફેરફારથી કિંવા શેાક, સંતાપ, ચિત્તક્ષેાભ ઇત્યાદિ પ્રબળ માનસિક વિકારથી, શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્યનું કહેાવાણ થવાથી, આ ગુપ્ત જ્વર બહાર નીકળે છે ત્યારે જ્વર આવ્યેા છે એવું આપણને અંગ ઉપર હાથ મૂકતાં સમજાઈ આવે છે. અમુક વિકારમાં જ્વર અનુષંગિક ન હેાય એમ કહી શકાય નહિ. કારણ સર્વ વિકાર સાથે જ્વર હેાય છેજ.

આ પ્રમાણે ડૅા. કુહને એમના નવીન ચિકિત્સાશાસ્ત્રમાંના મુખ્ય તત્વનેા સાર કહી રહ્યા પછી આ રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્ર એ શી બાબતનું શાસ્ત્ર છે એ કહું છું.

શરીરની આકૃતિ ઉપરથી અને સ્વરૂપ ઉપરથી શરીરની અંતઃસ્થિતિ જાણવાનું જે શાસ્ત્ર તેને રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્ર એવું નામ આપ્યું છે. આગળ જે કંઇ કહી ગયા છીએ તે ઉપરથી ધ્યાનમાં આવ્યું હશે કે આ શાસ્ત્રની સહાયથી આપણને જે વાતેા કરવાની છે તે નીચે પ્રમાણેઃ—

૧. વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય શરીરમાં કેટલો થયો છે અને તે શરીરના કયા ભાગમાં તે નક્કી કરવું.

૨. શરીરમાં થએલા સંચયના સ્વરૂપ ઉપરથી અને સ્થિતિ ઉપરથી રોગીને કયાં લક્ષણો અને કયો વિકાર થયો છે અને હવે પછી કયાં લક્ષણો થશે આ બાબતનું અનુમાન કાઢવું.

તથાપિ એ પણ ધ્યાનમાં રાખવાનું છે કે વિકાર થયો છતાં શરીરમાં થનારા સર્વ પ્રકારના ફેરફારનું સૂક્ષ્મ વર્ણન કરીને તે તે ફેરફારને ચાલતી વૈધક પદ્ધતિ પ્રમાણે ભિન્ન ભિન્ન નામો આપીને વિકારના અનેક પ્રકાર કરવા એ આ રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્રનું કામ નથી. આ શાસ્ત્રનો મુખ્ય હેતુ એવો છે કે સર્વ શરીરની સ્થિતિ તપાસીને તે ઉપરથી શરીર નીરોગી છે કે રોગી છે એ નક્કી કરવાનું, અને શરીર રોગી છે એમ જણાય તો રોગ કેટલો વધી ગયો છે અને આગળ જતાં કેટલો વધશે અને તે સારો થવાનો કેટલો સંભવ છે, એનો નિશ્ચય કરવાનો છે.

આ શાસ્ત્રનું મહત્વ વિશેષ માનવાનું કારણ એ છે કે તેના યોગથી શરીરની વિકૃતાવસ્થા, વિકારનું વિશેષ સ્વરૂપ, અને તે વિકાર દુર્ધર છે કિંવા સહજ મટવા સરખો છે તે આપણાથી સહજ ઠરાવી શકાય.

આ નિદાનશાસ્ત્રનું મહત્વ કેટલું છે તે સ્પષ્ટ રીતે સમજી શકાય માટે ઈતર વૈધકની નિદાનની પદ્ધતિ સાથે આ નિદાનપદ્ધતિની આગળ તુલના કરી બતાવી છે.



# પ્રસ્તાવના.

કુહને એમનું નવીન ચિકિત્સાશાસ્ત્ર નામનું જે પુસ્તક છે તેનો ઉત્તરાર્ધ આ રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્ર વિષેનું પુસ્તક છે. કુહને એમના નવીન ચિકિત્સાશાસ્ત્રમાં વૈદ્યકશાસ્ત્ર સંબંધી જે સિદ્ધાંત કહ્યો છે તેને અનુસરીને રોગપરીક્ષા કરવાનું જે શાસ્ત્ર તેને રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્ર એવું નામ આપ્યું છે. નવીન ચિકિત્સાશાસ્ત્ર* આ પુસ્તકમાં વિચાર પદ્ધતિ અને સિદ્ધાંતનું જેણે પૂર્ણ મનન કર્યું હશે તેનેજ આ રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્રના ગ્રંથનું સંપૂર્ણ જ્ઞાન થશે. માટે જેમને આ શાસ્ત્રનો અભ્યાસ કરવો હોય તેમણે નવીન ચિકિત્સાશાસ્ત્ર ( કુદરતી રોગોપચાર ગ્રંથમાળા ) નું પણ અધ્યયન કરવું જોઇએ, તથાપિ આ ગ્રંથ સહેલાઇથી સમજી શકાય માટે નવીન ચિકિત્સાશાસ્ત્ર એ ગ્રંથમાંથી મુખ્ય મુખ્ય સિદ્ધાંતનું પણ આગળ નિરૂપણ કરેલું છે. તે કરતાં જાસ્તી માહિતી જેમને જોઇતી હશે તેમણે અમે પ્રસિદ્ધ કરેલ "**નવીન ચિકિત્સાશાસ્ત્ર**" અથવા The new science of Healingનું પુસ્તક વાંચવું.

( ૧ ) સ્થાનપરત્વે અથવા તીવ્રતાના પ્રમાણમાં રોગના કેટલાએ ભિન્ન પ્રકાર બહારથી દેખાતા હોય, તો પણ રોગનું સ્વરૂપ એકજ છે, અને તેનું મૂળ કારણ પણ એકજ છે. તથાપિ શરીરના અમુક ભાગ ઉપર અમુક પ્રકારનો રોગ ઉત્પન્ન થવો એ રોગીની પ્રકૃતિ ઉપર, અનુવંશિક સંસ્કાર, તેનું વય, ધંધો, રહેવાની, જગા,

---

* કુહનેનું The New Science of Healing without Drugs and Operations નામનું જે પુસ્તક છે, તેનું ગુજરાતી ભાષાંતર કરી "કુદરતી રોગોપચાર ગ્રંથમાળાનું '**નવીન ચિકિત્સાશાસ્ત્ર**." નામનું અમે ધન્વંતરીના ગ્રાહકોને નવમા વર્ષની ભેટમાં આપેલું છે.

અન્ન, હવા ઇત્યાદિ બાબતો ઉપર અવલંબી રહે છે.

( ૨ ) શરીરમાં વિકારી કિંવા વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય થવાથી રોગની ઉત્પત્તિ થાય છે. એ વિજાતીય દ્રવ્યની ઉત્પત્તિ પ્રથમ પેટમાં થાય છે. પછી તે વિજાતીય દ્રવ્ય એ સ્થાનેથી સર્વ શરીરમાં, અને વિશેષ કરી ગળા, બોચી અને માથા તરફ પ્રસરવા લાગે છે, એજ વિજાતીય દ્રવ્યના સંચયથી શરીરની પ્રકૃતિમાં ફરક પડે છે. આ ફરક કેટલો થયો છે તે જોવાથી રોગ કેવા પ્રકારનો છે અને તે કેટલો બળવાન છે એ સમજી શકાય છે.

આ રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્રની ઇમારત મુખ્યત્વે ઉપરના તત્વ ઉપર રચેલી છે. શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય થતોજ નથી એમ કહેવું એ તદ્દન ભૂલ ભરેલું છે. શરીરના ચહેરા ઉપર થનારા ફેરફાર ઉપરથી પ્રકૃતિની સ્થિતિ ઓળખી શકાય છે. આ વાતની ઘણાની ખાત્રી થઇ હશે, અને તેજ વાત આ શાસ્ત્રના સિદ્ધાંતની સત્યતાનું સારામાં સારૂ દૃષ્ટાંત છે.

(૩) સર્વ વિકાર એ જ્વરનાજ ભિન્ન પ્રકાર છે. જ્યારે શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્યની ઉત્પત્તિ થાય છે, ત્યારે આપણી પ્રકૃતિ તે વિજાતીય દ્રવ્યને બહાર કાઢી નાંખવાનો પ્રયત્ન કરવા લાગે છે. આવી તરેહનો જ્યારે પ્રયત્ન થાય છે ત્યારે શરીરના અંતર ભાગ અને વિજાતીય દ્રવ્યની વચ્ચે જે ઘર્ષણ થાય છે તેના યોગથી ઉષ્ણતા અર્થાત જ્વર ઉત્પન્ન થાય છે. વિજાતીય દ્રવ્ય આપણા શરીરમાં દાખલ થવાથી શી વ્યથા થાય છે, તેનો અનુભવ આપણા હાથમાં કિંવા નખમાં જે વખતે લાકડાની ફાંસ વાગે છે તે વખતે જે વેદના થાય છે તે ઉપરથી થાય છે. એવી વખતે વાગેલી ફાંસને બહાર કાઢી નાખી વેદના દુર કરવામાં ન આવે તો જે ભાગમાં એ પ્રમાણે ઇજા

થઈ હોય તે ભાગમાં ઉષ્ણુતા વધે છે, એટલે એક પ્રકારનો જ્વર ઉત્પન્ન થાય છે તે ઉષ્ણુતા તે ભાગમાં દાખલ થએલા બહારના વિજાતીય પદાર્થ (ફાંસ)ને બહાર કાઢી નાખ્યા સિવાય કમી - થતી નથી. આજ પ્રકારે શરીરમાં પણુ થાય છે એમ સમજવું. પુષ્કળ વખતે મોટા નામાંકિત ડૉકટરનો એકજ રોગના નિદાન સંબંધે એક-મેકથી તદન જુદો મત પડે છે. વિજાતીય કિંવા દોષવાળાં દ્રવ્ય શરી-રમાં એકાદ ભાગમાં ઘણુાજ (તે ઇન્દ્રિયના વ્યાપારમાં અડચણુ કરવા પુરતાં ) સંચય થયાં ન હોય તો રોગીની પ્રકૃતિ જોઈ ડૉકટર કહે છે કે " આને શું થયું છે! આની પ્રકૃતિ ઠીક છે." પરંતુ તે મા-ણુસને તો પાકે પાયે ખબર હોય છે કે મારી પ્રકૃતિ સારી નથી અને મને કંઇ પણુ વિકાર થયો છે. જે લોકોના મજ્જાતંતુને ઉપર કહેલા પ્રકારનો વિકાર થયો હોય છે એવા લોક પોતાના જીવને ચેન ન પડવાથી પોતાને કંઇ પણુ વિકાર થયો છે એમ તેમની ખાત્રી થએલી હોય છે છતાં ડૉકટર લોકોના " તમને કાંઇ પણુ રોગ થયો નથી. ફક્ત રોગ થયો છે એવી તમને ભ્રાંતિ છે " એવા પ્રકારનો મત સાંભળીને તેમને નિરાશા અને દુઃખ થાય છે. એ તો સ્પષ્ટ વાત છે કે રોગનું ખરૂં કારણુ શું છે તેની પૂર્ણ માહિતી ડૉકટરોને ન હોવાથી તેમના તરફથી આવી ચુક થાયજ તેમાં કંઇ નવાઇ સરખું નથી.

સિવાય આ પ્રચલિત વૈદ્યક પદ્ધતિથી એકાદ રોગની પરીક્ષા બરાબર થાય એટલા ઉપરથી એવા દર્દના રોગીને અમુકજ ઔષધ આપવું એવો નિશ્ચય હમેશ માટે નક્કી થઈ શકે નહિ. તેજ પ્રમાણે એકંદર સર્વ પ્રકૃતિ સુધરે એવા પ્રકારનો ઉપાય ન કરતાં શરીરના જે ભાગને રોગ થયો હશે તેટલા ભાગ પુરતોજ ઉપચાર કરવાની પદ્ધતિને અનુસરનારા ડૉકટરની પદ્ધતિ પણુ બરાબર નથી. આવા

પ્રકારની પદ્ધતિના ઉપાય કેવા નિરૂપયેાગી ( કેટલીક વખત નુકશાન-કારક) ઠરે છે, એ કુહનેના અનુભવનાં અનેક ઉદાહરણ પૈકીનાં ૨–૩ ઉદાહરણ ઉપરથી સમજાશે.

(૧) મી. એ. નામના ગૃહસ્થની જીભને સેાજો આવ્યેા હતેા. તેની જીભ એક ડૅાક્ટરે તપાસી, અને તે રેાગનું સ્થાન જીભમાંજ છે એમ સમજીને તેણે ફક્ત જીભ ઉપરજ ઔષધેાપચાર કર્યા; પરંતુ તેનું પરિણામ એવું થયું કે તેને કંઇ પણ ગુણ ન જણાતાં ઉલટ તેની જીભને વધારે સેાજો ચઢવા લાગ્યેા. પછી તે સેાજો એટલેા વધ્યેા કે તેનાથી પેાતાની જીભ હલાવી પણ શકાતી નહેાતી. આવી વખતે આ ગૃહસ્થના વિકારની પરીક્ષા કુહનેએ રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્રના તત્વાનુસાર કરી અને તે પ્રમાણે ઉપાય પણ બતાવ્યા. આ ઉપાય કર્યા બરેાબર તે રેાગીને પુરેપુરેા ગુણ જણાયેા.

(૨) બર્લિન શહેરમાં એક કુટુંબમાં એક છેાકરેા પુષ્કળ દિવસથી આજારી હતેા. તે છેાકરાને ઔષધ આપનાર ડૅાક્ટરને તે છેાકરાના રેાગની ઘણા દિવસ ઉપચાર ચાલુ થતાં પરીક્ષા થઇ શકી નહિ. એ ડૅાક્ટર સાહેબ ત્યાં એક પ્રસિદ્ધ વૈદ્યકશાસ્ત્રના પ્રેાફેસર હતા. તે પછી કેટલાક દિવસે સૂક્ષ્મદર્શક યંત્રની સહાયથી તે છેાકરાના રક્ત (લેાહી) ની પરીક્ષા કરી. તેમણે ઠરાવ્યું કે જે એક પ્રકારના ઘાસ ઉપરજ રહી શકે છે એવા એક જાતના સૂક્ષ્મ જંતુ તે છેાકરાના શરીરમાં જવાથી તેને વિકાર થએલેા હેાવેા જોઇએ. આવા પ્રકારના ઘાસનેા સંસર્ગ તે છેાકરાને બીલકુલ થયેાજ નહેાતેા એ વાત સપ્રમાણ સિદ્ધ કરી શકાય તેવી હતી; પરંતુ તે પ્રેાફેસરને ક્યારે તેની પરવા હતી! તેણે પેાતે એવેા નિશ્ચય કર્યો કે આ છેાકરાના અંગમાં રેાગજનક જંતુ થયા છે, અને આ રેાગનેા પ્રતિકાર કરવા માટે તે જંતુનેા નાશ

કરવો જોઇએ. અને તે તત્વને અનુસરીને તેણે પોતાના ઔષધોપચાર કર્યા; પરંતુ તેનાથી તે છોકરાને કંઇ પણ ફાયદો ન થતાં ઉલટ તેના શરીરમાં રોગના જંતુ વધવાજ લાગ્યા. છેવટે તે છોકરાનાં માબાપે તે છોકરાને કુહનેને બતાવ્યો. કુહનેએ રોગજંતુની ભાંજગડમાં ન ઉતરતાં પોતાના રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્રના તત્વ પ્રમાણે પરીક્ષા કરીને શા શા ઉપચાર કરવા તે તેના માબાપને કહી સંભળાવ્યા. કંઇ દિવસ એ ઉપચાર કર્યા પછી તે છોકરાના અંગમાંથી રોગજંતુ કમી થવા લાગ્યા. આ વચમાં થએલી હકીકત પ્રોફેસરના સમજવામાં આવી નહોતી. પછી કુહનેના ઉપચાર કર્યા પછી કેટલાક દિવસે સૂક્ષ્મદર્શક યંત્રની સહાયથી પરીક્ષા કરતાં તે છોકરાના રક્તમાંના રોગજંતુ કમી થયા છે એમ તે પ્રોફેસર સાહેબને સમજાતાં તેને આશ્ચર્ય લાગ્યું; પરંતુ 'કોઈ કોઇ વખત આપણી પ્રકૃતિ શરીરમાંના રોગ જંતુને બહાર કાઢે છે' એમ કહી તેણે પોતાના મનનું સમાધાન કરી લીધું.

(૩) મી. એમ. એ નામના એક ગૃહસ્થને પોતે અશક્ત થતો જાય છે અને કામ કરવાની પોતાનામાં તાકાદ રહી નથી એમ તેને લાગતું હતું. તેના જીવને ચેન પડતું નહોતું તેથી આત્મહત્યા કરવાની તેને એટલી બધી પ્રબળ ઇચ્છા થઈ હતી કે તે આપઘાત ન કરે તેટલા માટે તેનાં નિકટનાં સગાંઓને તેના ઉપર સખ્ત દેખરેખ રાખવી પડતી હતી. તેણે પોતાની પ્રકૃતિ ઘણા ડૉક્ટરોને બતાવી હતી, પરંતુ આશ્ચર્યની વાત તો એ હતી કે તે સર્વ ડૉક્ટરોનો એવો મત થયો કે આ ગૃહસ્થની પ્રકૃતિ સારી છે, થોડા ફક્ત અજીર્ણના રોગથી તેને ઉદાસીપણું જણાય છે, તેથી તેણે થોડા દિવસ કોઇ ઉંચા પર્વત ઉપર રહેવું જોઇએ. ડૉક્ટરોની ઉપર મુજબની સલ્લાહ પ્રમાણે પણ તે ગૃહસ્થ ઉંચા પહાડવાળી જગા ઉપર કેટલાક દિવસ રહ્યો પરંતુ તેની સ્થિ-

તિમાં કંઇ પણ ફરક પડયો નહિ. પછી તે કુહનેને મળ્યો. રૂપપરીક્ષા ઉપરથી કુહનેને સમજાયું કે આ ગૃહસ્થનું શરીર વિજાતીય દ્રવ્યથી ભરાઇ ગયું છે, અને તે પ્રમાણે તેના યેાગ્ય ઉપાય કરવાને તે ગૃહસ્થને સલાહ આપી. આ ઉપચારથી થોડા દિવસમાં તે માણસની પ્રકૃતિ સુધરી.

ઉપરના ઉપચારથી તેનું ઉદાસીનપણું જતું રહ્યું, તેને કામ કરવાની હિમ્મત આવી અને પોતાની વૃત્તિમાં આનંદીપણું જણાયું. તેની સ્થિતિ એકંદરે એટલી બધી બદલાઇ ગઇ કે તે પછી તેના હાથમાં પિસ્તોલ આપી હોય તો પણ તે આત્મહત્યા કરશે એમ માનવાને જરા પણ શંકા રહે તેમ નહોતું.

ઉપરના ઉદાહરણથી આપણને સમજાશે કે પ્રાચીન ઔષધ પદ્ધતિમાં ઘણાજ દોષ છે. આ પદ્ધતિમાં વિશેષ ચુક એ છે જે એકાદ ઇન્દ્રિયને રોગ થયો છતાં જાણે રોગનું સ્થાન તે ઇન્દ્રિયમાંજ છે અને ઇતર સર્વ ઇન્દ્રિયો નિરોગી રહી માત્ર તે ઇન્દ્રિયને રોગ થઇ શકે એમ માનીને તેના પુરતાજ ઉપચાર કરવામાં આવે છે. આવા પ્રકારની કલ્પનાથીજ સ્પેશીએલીઝમનું ધતીંગ ઉભું થએલું છે. સ્પેશીએલીઝમ વિષે હાલમાં હદ ઉપરાંત વધારો થયો છે અને કેટલાક પ્રાચીન પદ્ધતિને અનુસરનાર ડોકટરોનો પણ તે સંબંધી પ્રતિકૂળ મત થવા લાગ્યો છે. આ સ્પેશીઆલીઝમથી કોઇ કોઇ વાર એમ થાય છે કે એકાદ મનુષ્યની એક વખત આંખ, કાન અને નાક એ ઇન્દ્રિયો સંબંધી વિકાર થયો છતાં એકજ વખતે ત્રણ ડોકટરો પાસે જવું પડે છે અને વચમાં તેના દુર્દૈવથી તેને કંઇ બીજી ઇન્દ્રિયનો રોગ થાય તો ચોથા ડોકટરને શોધવો પડે છે; પણ આશ્ચર્યની વાત તો એ છે જે વૈદ્યકશાસ્ત્ર એટલી ભાંજગડ કરતાં પણ ડોકટર લોક "રોગનું ખરૂં સ્વરૂપ શું છે તે અમને સમજાયું નથી," એમ પોતે પોતાને શ્રીમુખે પો·

તાની ભૂલ કબુલ કરે છે. રેાગના કારણ સંબંધીની પ્રચલિત દાક્તરી પદ્ધતિમાં કેટલું બધું અનિશ્ચિતપણું છે તેને અનુભવ કરવાની ઇચ્છા હેાય તે થેાડા સમય પહેલા જર્મની અને ઇતર દેશેામાં મહામારી ઇત્યાદિ રેાગેાનાં કારણ સંબંધી જે કટેાકટીનેા વાદવિવાદ થયેા હતેા. તેનેા ઇતિહાસ વાંચવાથી ખાત્રી થશે. આપણી દાક્તરી પદ્ધતિમાં આટલું બધું સંદિગ્ધપણું હેાવા છતાં પણ બીજો કેાઇ માણસ રેાગની ચિકિત્સાનેા નવીન માર્ગ કહેવા લાગે તેા તેને ડેાક્ટર લેાકેા હસી કાઢે છે એ શું આશ્ચર્યની વાત નથી ?

જ્યારે ડેાક્ટર લેાક સર્વ પ્રકૃતિ લક્ષમાં લઇને તે પ્રમાણે અનુલક્ષીને ઉપાય કરે છે ત્યારે ત્યારે તેમના પ્રયત્નને કેાઇ કેાઇ વાર યશ મળે છે. પરંતુ ઘણા પ્રસંગે ડેાક્ટર લેાક રેાગનાં લક્ષણેાને બહારથી બંધ કરીને એટલે વાસ્તવિકપણે રેાગને દાબી દઇને રેાગ સારેા કર્યો એમ માને છે; પણ તે માનવું ભૂલ ભરેલું છે. ઉદાહરણ માટે પારાથી અથવા જેમાં પારેા છે, એવા એાષધથી જનનેન્દ્રિય સંબંધી એકાદ વિકારનાં બહારનાં ચિન્હેા બંધ થાય છે, પરંતુ ખરેખરેા તે રેાગ નિર્મૂળ થએલેા હેાતેા નથી એટલુંજ નહિ પણ એ ઉપાયથી પ્રકૃતિને અતિશય નુકશાન થાય છે. પારેા અંગ ઉપર ફુટી નીકળવાથી કેવી દુર્દશા થાય છે તેનેા પ્રત્યક્ષ કિંવા અપ્રત્યક્ષ અનુભવ ઘણાંને થયેા હશે. ખરેખર આવા લેાકેાની સ્થિતિ અત્યંત દયાજનક હેાય છે તેજ પ્રમાણે મૉર્ફિયા, આયેાડાઇન, બ્રેામાઇન, ક્વીનાઇન, એન્ટિપાયરિન અને સેામલ જેવાં એાષધેાનું પરિણામ પણ તેવુંજ નુકશાનકારક થાય છે. આ વિષયનું જાસ્તી વિવેચન જાણવાની વાચક વર્ગની ઇચ્છા હશે તેા તેમણે એાષધ કિંવા શસ્ત્રપ્રયેાગ સિવાય રેાગ મટાડવાના નવીન ઉપચારશાસ્ત્રનેા ગ્રંથ વાંચી જોવેા.

પ્રચલિત પદ્ધતિની બીજી ખામી એવી છે કે એ પ્રદ્ધતિને અનુસરનાર વૈદ્ય કે ડૉકટરને રોગ વધી ગયા સિવાય તે થયાની વાત તેમના સમજવામાં આવતીજ નથી. રોગનો આરંભ થયા બરાબર તે લાગલોજ સમજવામાં આવે અને તે રોગને કયું સ્વરૂપ પ્રાપ્ત થશે એ ઓળખાય એ બન્ને વાતનો માર્ગ આ પદ્ધતિમાં બતાવેલો નથી. રોગનો આરંભ થતાંજ તે સમજાઇ જાય અને તે આગળ જતાં કેવું રૂપ પકડશે એ પણ ખબર પડે એ વાત અત્યંત મહત્વની છે, એમ કોઇ પણ માણસ માન્ય કરશે; કારણ આ વાત પ્રથમ સમજાય તોજ રોગનો યોગ્ય ઉપાય યોજવાનો અને તે સારો થવાનો પુષ્કળ સંભવ હોય છે.

પ્રાચીન પદ્ધતિ સંબંધી અત્યાર સુધી વિચાર થયો. હવે આપણે ઇતર નવીન વૈદ્યક પદ્ધતિ સંબંધી વિચાર કરીએ; આ પદ્ધતિમાં હોમિયોપૅથી એ મુખ્ય છે. માટે આપણે તે સંબંધી પ્રથમજ વિચાર કરીએ.

આ હોમિયોપૅથી એ પ્રાચીન વૈદ્યક પદ્ધતિમાંથીજ નીકળી છે અને આ પદ્ધતિને અનુસરનાર ઘણાજ વૈદ્ય ડૉકટરો રોગની પરીક્ષા પ્રાચીન દાકતરી પદ્ધતિને અનુસરીને કરે છે. હવે સર્વ બાહ્ય લક્ષણો ઉપરથી રોગની પરીક્ષા કરવાની રીતિનું હાલમાં કેટલાક હોમિયો-પૅથીક ડૉકટરોએ અનુકરણ કરેલું છે. પરંતુ કેટલીક બાબતમાં તો કુહને એમની નિદાન પદ્ધતિમાં અને હોમિયોપૅથીક પદ્ધતિમાં ઘણીજ સામ્યતા છે; તથાપિ હોમિયોપૅથીક પદ્ધતિમાં ચિકિત્સાનો માર્ગ ( યો-ગ્યતા ઔષધને લાયકનું યોગ્યતાવાળું ડીલ્યુશન શોધી કાઢવું ) ઘણોજ કઠીણ અને ગોટાળા ભરેલો હોવાથી અને પુષ્કળ વખતે રોગી અને તેના આસપાસની મંડળી જે કંઇ માહીતી આપે તેટલા ઉપરથી ડૉકટ-

રને ઉપાય નક્કી કરવો પડે છે એ કારણ આ પદ્ધતિનો જોઇએ તેટલો ઉપયોગ થતો નથી.

ચિકિત્સા પદ્ધતિ સંબંધી વિચાર કરતાં આપણને એવું કબુલ કરવું પડે છે કે ઔષધો સૂક્ષ્મ પ્રમાણમાં આપવાની પદ્ધતિએ હોમિયોપૅથીએ પ્રચલીત ચિકિત્સા પદ્ધતિમાં ઘણીજ સુધારણા કરી છે. કારણ સૂક્ષ્મ પ્રમાણમાં આપેલા ઔષધોનું પ્રકૃતિ ઉપર નુકશાનકારક પરિણામ થતું નથી; તથાપિ ખેદની વાત એ છે કે હોમિયોપૅથીક ડૉકટરીમાં પણ વિષમય ઔષધો મોટા પ્રમાણમાં આપનાર ડૉકટરો છે.

રોગ સારા કરવાની વળી બીજી એક પદ્ધતિ એટલે મેસમેરિઝમની છે. મેસમેરિઝમથી રોગ સારા કરવાનો વિશેષ અભ્યાસ કરેલા આપણા તરફ કોઈ સ્વતંત્ર ડૉકટર જણાતા નથી. પરંતુ ફ્રાન્સમાં મેસમેરિઝમથી રોગ સારા કરવાનું એક દવાખાનું છે એમ સાંભળવામાં આવ્યું છે. પુનામાં પ્રસિદ્ધ ડૉકટર ગર્દેએ મેસમેરિઝમથી એક માણસનો ધનુર્વાત મટાડ્યો હતો એમ લોકવાયકા* છે. ઉપર બતાવેલી બન્ને વૈદ્યક પદ્ધતિ કરતાં મેસમેરિઝમમાં એ સુધારણા છે કે તેમાં રોગ કયો છે એ જોવાની જરૂર રહેતી નથી કારણ સર્વ રોગનો તેમાં એકજ ઉપાય છે. તે ઉપાય એ કે વૈદ્યે પોતાના શરીરમાંની વિદ્યુત રોગીના અંગમાં પહોંચાડવાની છે; પરંતુ આ પદ્ધતિમાં એક ખોડ એ છે કે

---

* ધન્વંતરી માસિકના તંત્રીએ મેસમેરિઝમના ઘણાં પ્રયોગો કર્યા છે જેનાં ઘણાં સરટીફીકેટ છે, અને કેટલાક મનુષ્યના રોગો પણ મટાડેલા છે. મેસમેરિઝમ હીપ્નોટિઝમ આદિ પ્રયોગો અને મંત્રશાસ્ત્ર સ્પિરિચ્યુએલીઝમ વગેરે સંબંધી તંત્રીને થએલા અનુભવનું દૈવી અદ્‌ભૂત ચમત્કાર નામનું પુસ્તક તંત્રીએ બહાર પાડેલું છે. જેની કીંમત રૂ. ૧-૦-૦, ટપાલ ખર્ચ જુદું. ધન્વન્તરિ ઑફીસમાંથી મળશે.

તેનો પ્રયોગ સર્વ રોગીઓ ઉપર સરખો લાગુ પડતો નથી. સેંકડે દસ રોગીઓ ઉપર તેનું ઉત્તમ પરિણામ આવે છે, બાકીના નેવુ ઉપર કમી જાસ્તી અસર થાય છે. મેસમેરાઇઝ કરનારની વિદ્યુત શક્તિની રોગી ઉપર પૂર્ણ અસર થાય તો તેનો ગુણ પણ તરતજ જણાય છે; પરંતુ તેવું ઘણી વખત બનતું નથી.

પહેલી બે પદ્ધતિ કરતાં આ ત્રીજી પદ્ધતિ એક બાબતમાં ઘણી સારી છે તે એ કે આ પદ્ધતિમાં હજારો રોગોની પરીક્ષા કરવાની ભાંજગડ નથી. કારણ રોગ પુષ્કળ માનવામાં આવે તો તેનાં ઔષધ પણ ભિન્ન ભિન્ન ઘણાં હોવાં જોઇએ, અને રોગને અનુકૂળ પડે તેવાં ઔષધની યોજના ન થાય તો નુકશાન થવાનો સંભવ રહે છે; પરંતુ આ પદ્ધતિમાં ઉપાય એકજ હોવાથી સર્વ ભાંજગડ મટી જાય છે.

આ ત્રણે પદ્ધતિ કરતાં એક ચોથી **નેચરોપથી** નામની પદ્ધતિ છે. આ પદ્ધતિમાં ફક્ત પાણીના જુદા જુદા પ્રકારના પ્રયોગ કરીને રોગીને સારા કરવામાં આવે છે. આ પદ્ધતિનો ઘણોજ પ્રસાર થએલો છે. આ પદ્ધતિમાં પણ રોગના ભિન્ન ભિન્ન પ્રકાર માનેલા છે અને તેમાં રોગની પરીક્ષા વગેરેની ભાંજગડની જરૂર લાગે છે; પરંતુ આ પદ્ધતિનું આપણા તરફ કોઇએ અવલંબન કરેલું નથી. જેથી આ પદ્ધતિ માટે વિશેષ વિચાર કરવાનું કારણ રહેતું નથી.

*

ઉપર બતાવેલાં કારણોથી કુહનેની ચિકિત્સા પદ્ધતિ કરતાં બીજી એક પણ પદ્ધતિ વધારે ઉપયોગી નથી એમ કોઇ પણ માણસ કહી શકશે. કુહને એમના નવીન ચિકિત્સાશાસ્ત્રના અનુસંગિક જે રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્ર છે તે સંબંધીનો વિચાર હવે પછી કરવામાં આવશે.

## નીરોગી મનુષ્ય.

રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્રની સહાયથી રોગ પરીક્ષા કેમ કરવી એ કહેવા પહેલાં નીરોગી માણસ કોને કહેવું એ સમજવું આવશ્યક છે. માટે પ્રથમ નીરોગી મનુષ્યનું વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે.

પૂર્ણપણે નીરોગી મનુષ્યની આકૃતિ અને પ્રકૃતિની સ્થિતિ કેવી હોય છે તેનું યથાયોગ્ય વર્ણન કરવું એ કંઈ સહેલું કામ નથી; કારણ ખરેખરો પૂર્ણ નીરોગી માણસ ભાગ્યેજ જોવામાં આવે છે. જાનવરોમાં નીરોગી પ્રાણી પુષ્કળ જોવામાં આવે છે, પરંતુ મનુષ્ય જાતમાં પૂર્ણપણે નીરોગી મનુષ્ય મળી શકે નહિ એની તો શંકાજ રહે છે. સામાન્યતઃ એમ કહી શકાય કે જનાવરોમાં નીરોગીપણું એ સામાન્ય નિયમ છે અને રોગીપણું એ અપવાદ છે; પરંતુ મનુષ્ય સ્થિતિ તો તેનાથી તદન ઉલટીજ છે. માટે પૂર્ણ નીરોગી માણસ કેવો દેખાય છે એ કહેવું ઘણું અગવડ ભરેલું છે. કુહને કહે છે કે "નીરોગી મનુષ્યના સામાન્ય આકારનું સ્વરૂપ ઠરાવવાના કામમાં મેં ઘણી વખત પ્રયત્ન કર્યા ત્યારે મને છેવટ યશ મળ્યો." શરીર તરફથી ક્યા કયા વ્યાપાર થવા જોઇએ એનો કુહનેએ વિચાર કરીને નીરોગી મનુષ્યની શરીરની સ્થિતિ કેવી જોઇએ તે વિષે અનુમાન ઠરાવ્યું. જે મનુષ્યના શરીરનો સર્વ વ્યાપાર શરીરને કંઈ પણ ત્રાસ ન થતાં ચાલે છે તેજ મનુષ્ય નીરોગી એમ સમજવું જોઇએ. શરીરના વ્યાપારો પૈકી મુખ્ય વ્યાપાર કહીએ તો શરીર પોષણ એટલે અન્નનું પાચન વા અન્નમાંથી અને શરીરમાંથી નિરૂપયોગી ભાગમાંના મળમૂત્રાદિનું વિસર્જન થવું એજ કહેવાય. નીરોગી મનુષ્યને નિયમસર ઉત્તમ પ્રકારની ક્ષુધા લાગે છે અને યોગ્ય પ્રકારનો આહાર કરવાથી એ ક્ષુધા શાંત થાય છે. ક્ષુધાના પ્રમાણમાં નિયમસર આહાર

લીધા પછી તેવા માણસને ( પ્રમાણ બહાર આહાર લેનારનું પેટ તણાય છે અથવા તડાતુમ થાય છે તેવું થતા પહેલાં ) તૃપ્તિ થાય છે. નીરોગી મનુષ્યના કોઠામાં અન્નનું પાચન એવી રીતે થાય છે કે પોતાના પેટમાં કઇ ક્રિયા ચાલુ છે એ તેના સમજવામાં આવતુંજ નથી. ભોજન લીધા પછી કોઈ પણ પ્રકારની પેટમાં અસ્વસ્થા થવી અને તેજ પ્રમાણે મશાલાવાળા અથવા વિશેષ તીખા કે ખારા પદાર્થ ખાવાની કિંવા મદ્યાદિ કેફી પદાર્થ પીવાની વાસના થવી એ નીરોગી પ્રકૃતિની વિરૂદ્ધ છે, અથવા પ્રકૃતિમાં કંઈપણ વિકાર થવાનું લક્ષણ છે. તરસ લાગ્યા છતાં તેના શમન માટે નીરોગી મનુષ્યને પાણી સિવાય બીજા કોઇ પણ પદાર્થની ઇચ્છા થવી ન જોઇએ.

પેશાબ પણ વ્યાજબી કરતાં વધારે ઉષ્ણ ન થવો જોઇએ અને તે થતી વખતે શરીરને પીડા કે વેદના થવી ન જોઇએ. મૂત્રનો રંગ કિંચિત્ પિળાસ પર અને સફેદ હોવો જોઇએ, મૂત્ર ડોળાયલું, રાતાશ પર કે કાળાશ પર પીળું અગર પાણી સરખું સફેદ ન હોવું જોઇએ. મૂત્ર સાથે બારીક રેતી કિંવા કણ જવા ન જોઇએ. તેજ પ્રમાણે મૂત્રનો મીઠાશ પરનો અગર ખાટો વાસ ન આવવો જોઇએ.

નીરોગી મનુષ્યને ઘટ્ટ (કઠણ) બંધાયેલો એવો મળ ઉતરે છે, તે મળ સુકાયલો હોતો નથી કિંવા તેની કઠણ ગાંઠો બનેલી હોતી નથી. મલોત્સર્ગ કર્યા પછી નીરોગી મનુષ્યની ગુદા ખરડાતી નથી. ખરેખર પૂર્ણપણે નીરોગી મનુષ્યને મલોત્સર્ગ થયા પછી પાણીની બીલકુલ જરૂરજ પડતી નથી. મળનો રંગ પીળો અને કિંચિત્ કાળાશ પર હોય છે, લીલો, કાળો, સફેદ કિંવા તદન સફેદ અથવા કાળો ન જોઈએ અગર તેની સાથે રક્ત ન પડવું જોઇએ. મળની કાળાશ પડતી ગાંઠો પડવી અગર ઉપર પ્રમાણે પાતળો મળ પડવો એ બન્ને

પ્રકૃતિને વિકાર થવાના લક્ષણ છે. સિંહ, વાઘ વરૂ ઇત્યાદિ માંસભક્ષક પ્રાણીનો અને વિશેષ કરીને લોંકડી, શિયાળ ઇત્યાદિ મરેલાં જાનવર ખાનારાં પ્રાણીના અંગમાંથી જેવી દુર્ગંધ નીકળે છે તેવા પ્રકારની દુર્ગંધ નીરોગી મનુષ્યના અંગમાંથી નીકળતી નથી. તેજ પ્રમાણે નીરોગી મનુષ્યની ત્વચા સ્નિગ્ધ ( ભીની અને સુંવાળી ) હોય છે. પરંતુ તદ્દન ભીની અથવા શરદ હોતી નથી. નીરોગી મનુષ્યની ત્વચા મૃદુ અને કિંચિત ગરમ હોય છે, અને શરીરના જે ભાગ ઉપર વાળ હોવા જોઈએ તે જગોએ વાળ ભરપૂર હોય છે, તાલ પડવી એ રોગીપણાનું લક્ષણ છે.

નીરોગી માણસો હમેશાં નાસિકાદ્વારા શ્વાસોચ્છ્વાસ કરે છે. દિવસે કિંવા રાત્રે નિદ્રામાં મુખ ઉઘાડું રહી તે દ્વારા શ્વાસોચ્છ્વાસ લેવો એ શરીરમાં વિકાર થયાનું બતાવી આપે છે.

પ્રકૃતિ પૂર્ણપણે નીરોગી હોય છે ત્યારે કોઇ પણ પ્રકારનો શ્રમ કરવામાં પોતાના તરફથી મર્યાદા ઉલ્લંઘન થાય તો તે વાતની આપણને સૂચના મળવા માટે આપણા શરીરને થાક લાગે છે. નીરોગી મનુષ્યને આ થાકથી ત્રાસ થતો નથી એટલુંજ નહિ પણ થાક લાગ્યા પછી વિશ્રાંતી લીધાથી અને તે પછી શાંત નિદ્રા આવવાથી અત્યંત સુખ અને આનંદ લાગે છે. નીરોગી મનુષ્યને અતિ શાંત ગાઢ અને દુષ્ટ સ્વપ્ન રહિત એવી નિદ્રા આવે છે. સવારમાં ઉંઘમાંથી જાગૃત થયા પછી એવા માણસની વૃત્તિ શાંત, પ્રસન્ન અને ઉત્સાહી હોય છે. સવારમાં ઉઠયા પછી બગાસાં આવવાં, આળસ અથવા બેચેની જણાવી એ વાત તો તેના જાણુવામાંજ હોતી નથી.

નીરોગી મનુષ્યને અત્યંત દુઃખ કિંવા શોક થયા છતાં તેના મન શાન્તિ અને ઉત્સાહી વૃત્તિ તેને ફરી જલદી પ્રાપ્ત થાય છે.

દુઃખ કિંવા શોક થયા છતાં આંસુ (અશ્રુ) આવવાં એ પણ નીરોગી-પણાનુંજ લક્ષણ છે. મનને તીવ્ર વેદના થાય ત્યારે તેનું શમન કરવા માટેજ પરમેશ્વરે આપણને અશ્રુ આપેલાં છે.

ઉપર પ્રમાણે નીરોગી માણસનાં લક્ષણ બતાવ્યાં છે. તે જોવાને કોઈ પણ યંત્રની કે નાડીજ્ઞાન મેળવવાની જરૂર નથી. માત્ર નજરે જોવાથી કોઇ પણ માણસ સમજી શકે તેમ છે. કેમકે તે લક્ષણો નીરોગી મનુષ્યનું અવલોકન કરી નક્કી કરેલાં છે.

જે માણસને ઉપરનાં સર્વ લક્ષણો લાગુ પડતાં હશે તે માણસના શરીરનો ઘાટ પણ પ્રમાણસર હોય છે. તેના શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય બિલકુલ હતો નથી. પૂર્ણપણે નીરોગી માણસ ભાગ્યેજ જોવામાં આવે છે. માટે સાધારણ નીરોગી મનુષ્યનો ઘાટ (આકાર) જોઇ અને બુદ્ધિ બળથી અનુમાન કરી ઉપરનાં લક્ષણો ઠરાવેલાં છે.

સૌંદર્યની આપણી જે કલ્પના છે તે નીરોગી મનુષ્યના આકાર (ઘાટને) ઘણે ભાગે મળતી આવે છે. આ વાત વિશેષ કરવા સરખી છે. કુહને કહે છે કે " આપણી ખાનપાન અને રહેવાની અયોગ્ય પદ્ધતિથી આપણી આકૃતિમાં એટલે સુંદરતામાં એટલો બધો ફરક પડી ગયો છે કે હાલના જમાનાના એકાદ યુરોપીયન કારીગરને એકાદ સુંદર આકૃતિના નમુનાની જરૂર પડે છે તો તેને પ્રાચીન ગ્રીક મૂર્તિકારે તૈયાર કરેલાં પુતળાં ઉપરથી લેવો પડે છે. તેને હાલનાં માણસોમાં જોઇએ તેવી પ્રમાણયુક્ત સુંદર આકૃતિ મળી આવતીજ નથી." નીરોગી મનુષ્યની આકૃતિમાં, સ્વરૂપમાં અને ચર્યામાં જે કંઇ વિશેષ વાત જાણવામાં આવી છે તેનું વર્ણન હવે પછી વિસ્તારથી કરવામાં આવશે.

## નીરોગી માણુસનો સામાન્ય આકાર અને સ્વરૂપ.

નીરોગી માણુસનું શરીર અને સર્વ અવયવ પ્રમાણુસર હોય છે અને તે સુંદર દેખાય છે. રોગી માણુસનું શરીર બેડોળ અને પ્રમાણુ વગરનું હોય છે. તેના પેટનો ભાગ આગળ આવેલો હોય છે અને પેટના પ્રમાણુમાં તેના પગ ટુંકા હોય છે અને માથાના ઘાટમાં પણુ કંઈ ઠેકાણું હોતું નથી.

નીરોગી માણુસનું માથું મધ્યમ આકારનું હોય છે. ગળાનો ભાગ ગોળ હોય છે અને ગરદન બહુ ટુંકી કે લાંબી હોતી નથી, તેમજ ઉપસેલી હોતી નથી, અને તેનો ઘેરાવો સામાન્યતઃ ઢીંચણુ નીચેના જાનુના ઘેરાવા જેટલો હોય છે. છાતી આગળ આવેલી અને ગોળ હોય છે. પેટ પાતળું હોય છે અને તે આગળ આવેલું હોતું નથી. તેમ વ્યાજબી કરતાં લાંબુ પણુ હોતું નથી. પગ કઠણુ અને મક્કમ હોય છે અને તેમાં અંદરથી કિંવા બહારથી વાંક હોતો નથી અને તે ધનુષ્યના માફક વાંકા કિંવા શંટા હોતા નથી.

નીરોગી માણુસનાં આગળ વર્ણન કરવામાં આવશે તે લક્ષણો પણુ ધ્યાનમાં રાખવાં. કપાળ ઉપર કરચલી ન જોઇએ, તે સાફ હોવું જોઇએ; તેના ઉપર મેદના લોચા ન જોઇએ, નેત્રો પાણીદાર અને સાફ હોવાં જોઇએ અને તેમાં રક્તવાહિની શિરાઓ ન દેખાવી જોઇએ. નાક સરળ અને ચહેરાના મધ્ય ભાગમાં હોવું જોઇએ. તે વ્યાજબી કરતાં ઘણું જાડું કિંવા પહોળું અથવા ચપટું ન જોઇએ. હોઠ જાડા ન જોઇએ, અને મોઢું હમેશ બંધ હોવું જોઈએ. ચહેરો ગોળ અને કિંચિત ઉપસેલો હોવો જોઈએ. અને તેમાં ખાડા ન હોવા જોઇએ. તેજ પ્રમાણે નીરોગી માણુસના કાન નીચે ગાલ અને ગળાને જુદા પાડનારી મર્યાદારેષા હોય છે. આ વિભાગના યોગથી ચહેરાને પ્રમાણુ-

શીરપણું અને સુંદરતા આવે છે. આવા પ્રકારનું સુંદરપણું જોતાંજ ઘણા લોકોને તરતજ ધ્યાનમાં આવે છે. પરંતુ આ સુંદરપણું તેમને કયા વિશિષ્ટ કારણથી પ્રાપ્ત થયું છે તે તેમનાથી કહી શકાતું નથી.

ડોક ગોળ હોવી જોઈએ પરંતુ તેમાં ખુણાખચકા ન હોવા જોઈએ. ગરદન અને માથાના સાંધા આગળ પાછલા ભાગમાં સ્પષ્ટ મર્યાદાની રેષા હોવી જોઇએ.

ચહેરાનો રંગ ફીકો ન હોવો જોઇએ કિંવા ઘણો લાલ ન જોઇએ. વિશેષ કરી તેના ઉપર વ્યાજબી કરતાં વધારે ચળકાટ ન હોવો જોઇએ. પુખ્ત વય થતાં સુધી તે સ્વચ્છ અને સુરકીવાળો હોવો જોઇએ.

**શરીરનું ચલનવલન**—શરીરના અવયવનું યોગ્ય ચલનવલન થાય છે કે નહિ એ ઉપરથી પ્રકૃતિની સ્થિતિ જણાઇ આવે છે. એકાદ અવયવનું ચલનવલન બંધ પડ્યું કે પ્રકૃતિમાં કંઇ પણ બીગાડ થયો છે, અર્થાત તે અવયવમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય થવાથી તેની ગતિમાં પ્રતિબંધ થયો છે એમ સમજવું; વિશેષ કરી મસ્તકનું ચલનવલન જોવું એ આ રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્રમાં મહત્વની વાત છે. જે પૂર્ણપણે નીરોગી હોય છે તેનાથી પોતાનું મસ્તક ડાબી અને જમણી તરફ સહજ રીતે ફેરવી શકાય છે; એટલે તે ફેરવતી વખતે બોચીનો ભાગ તણાવો ન જોઇએ; તેજ પ્રમાણે માથું ઉંચું કરતી વખતે ગળાનો અને નીચું કરતી વખત બોચીનો ભાગ ન તણાવો જોઇએ.

સારાંશ શરીરની આકૃતિ, વર્ણ અને અવયવોનું યોગ્ય ચલનવલન એ બાબતનો વિચાર કરી પ્રકૃતિની, વિકારની, પરીક્ષા કરવાનું આ શાસ્ત્ર છે.

## વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય અને તેનાથી થતાં પરિણામ.

શરીરનો આકાર કિંવા વર્ણ નીરોગી માણસના આકાર કિંવા વર્ણથી ભિન્ન હોવો, અથવા શરીરના કોઇ પણ અવયવની ગતિ બંધ પડવી એ શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય થયાનું લક્ષણ છે. કારણ શરીરમાં વિજાતીય કિંવા દોષવાળાં દ્રવ્યોનો સંચય થયા સિવાય આકારમાં કિંવા અવયવોના ચલનવલનમાં ફેરફાર થવો શક્ય જણાતો નથી. ત્યારે હવે આ પ્રશ્ન ઉભો થાય છે કે આ વિજાતીય ( અર્થાત શરીર જે જે દ્રવ્યોનું બન્યું છે તેનાથી ભિન્ન જાતિનાં) દ્રવ્ય શરીરમાં દાખલ થાય છે શી રીતે? ઉત્તર એજ છે કે ઇતર સર્વ પદાર્થ શરીરમાં જે માર્ગથી દાખલ થાય છે તેજ માર્ગથી આ વિજાતીય દ્રવ્યોનો પ્રવેશ શરીરમાં થવો જોઇએ. બહારના પદાર્થ શરીરમાં જવાના બે માર્ગ છે.

---

# મુખ–પરીક્ષાશાસ્ત્ર.

પહેલો માર્ગ નાક અને બીજો મુખ છે. બહારના પદાર્થ નાકના માર્ગે જાય છે તે ફેફસામાં જાય છે અને મુખમાર્ગે ગએલા પેટમાં જાય છે. આ બન્ને દ્વારથી આવા પદાર્થ શરીરમાં ન જાય માટે પરમેશ્વરે આ બન્ને સ્થળે પહેરેગિર રાખેલા છે. આ પહેરેગિરો પોતાનું કામ ઘણી વખતે ઉત્તમ પ્રકારે બજાવે છે; પરંતુ કોઇ કોઇ વખત તેમના હાથે પણ ભુલ થાય છે અને શરીરમાં નુકશાનકારક પદાર્થ પહેરેગિરને ધક્કો મારી અંદર જાય છે. જે પદાર્થની સ્વભાવથી રૂચિ ઉત્તમ હોય છે; અને જેનો સ્વભાવતઃ ઉત્તમ સ્વાદ હોય છે એવા

પદાર્થ જ્યાં સુધી આપણે સેવન કરીએ છીએ, ત્યાં સુધી નાક અને મુખના દ્વાર ઉપર રહેલા પહેરેગિર પોતાનું કામ ઇમાનીથી કરે છે; પરંતુ જયારે સ્વાભાવિકપણે ગંધાતા (માંસાદિક) પદાર્થ આપણે અન્ય ઉપચારથી તેમાં સ્વાદ લાવી ખાવાની ટેવ પાડીએ છીએ, કિંવા દારૂ જેવા સ્વભાવતઃ ખરાબ સ્વાદવાળા પદાર્થ નિશો લાવવા માટે પરાણે મુખમાં દાખલ કરીએ છીએ ત્યારે આપણા પહેરેગિરો પણ બેપરવાઇથી વર્તવા લાગે છે, અને તેમના હાથે પછી કામ બરાબર થતું નથી. કારણ ખરાબ પદાર્થ ગ્રહણ કરવાની તેમને ટેવ પડે છે એટલે તેમનાથી શત્રુ કે મિત્રની બરાબર પરીક્ષા થઈ શકતી નથી. તમાકુ પીનારને તમાકુની *ધુણીની દુર્ગંધ આવતી નથી. માંસ વગેરે ખાનારાઓને માંસની વિશેષ દુર્ગંધ આવતી નથી વગેરે ઉદાહરણથી ઉપર કહી ગયા તે વાતની ખાત્રી થયા સિવાય રહેશે નહિ.

અનેક જાતના નુકશાનકારક અને ગંધાતા પદાર્થ ભક્ષણ કરીને આપણે આપણી જીહ્વાને બહેકાવી દીધી છે, તેટલી ઘ્રાણેંદ્રિ (નાક)ને

* રેલવે ગાડીમાં મુસાફરી કરતાં આજુબાજુ બેઠેલા માણસો ક્ષણે ક્ષણે બીડીઓ સળગાવી ધુમાડાના ગોટેગોટ કાઢે છે અને તેની દુર્ગંધથી તમાકુ ન પીનારને અત્યંત ત્રાસ થાય છે, અને કંટાળો આવે છે. આવી દુર્ગંધવાળી ધુણી નાકમાં જાય તેના માટે નાક ઉપર રૂમાલ પણ કેટલીવાર રાખી શકાય ? કારણ શ્વસનક્રિયામાં ચોખી હવા કેવી રીતે લેવી ? આવોજ ત્રાસ સુધરેલી મંડળીમાં બેઠા હોઇએ ત્યાં ચીરૂટ ને સીગારેટની ધુણીનો થાય છે, અને તેમને તો વારંવાર તમાકુ પીતાં આનંદ થાય છે. આવા સ્થળે ના પીએ તે નાતબહાર ગણાય છે. હે પ્રભો ! આવા કહેવાતા સુધરેલા વીસમી સદીના જમાનામાં આવાં વ્યસનો દિનપરદિન વધતાંજ જાય છે. આભ ફાટે ત્યાં થીગડું શી રીતે દેવાય !

તંત્રી.

બહેકાવી દીધી નથી. માંસાદિ અમંગળ અને ગંધાતા પદાર્થ ઘણા સ્વાદથી ખાનારા જેટલા લોક આપણા જોવામાં આવશે તેના સોમા ભાગના લોક દુર્ગંધવાળી હવામાં સુખ માનનારા-નિદાન દુઃખ ન માનનારા જોવામાં આવશે નહિ. ઉપરના કારણથી રસનેન્દ્રિય કરતાં ઘણા મનુષ્યની ઘ્રાણેન્દ્રિય સારી સ્થિતિમાં રહેલી છે, અને નુકશાનકારક પદાર્થ વર્જ્ય કરવાની સૂચના આપવાનું કામ તેમના હાથે સારૂં થાય છે.

આપણા આંતરડાં, મૂત્રપિંડ, ત્વચા, ફેફસાં, એમનો વ્યાપાર સદૈવ ચાલુજ હોય છે, અને આપણા શરીરમાં જે પદાર્થ નિરૂપયોગી હોય છે અથવા જે પ્રથમ ઉપયોગી છતાં કંઇ વખત પછી નિરૂપયોગી થયા હોય છે તેમને શરીરમાંથી કાઢી નાંખવાનું કામ આ ઇંદ્રિયો રાત્રિ દિવસ કરે છે. પરંતુ શરીરમાં વિજાતીય કિંવા શરીરને નિરૂપયોગી દ્રવ્ય શરીરમાં ઘણુંજ સંચય થયું હોય ત્યારે તે સર્વનો નિકાલ આ ઇંદ્રિયોથી થઇ શકતો નથી તેથી કંઇક દ્રવ્ય શરીરમાં સંચય થઇ રહે છે.

ગર્ભાવસ્થામાંજ ઘણા લોકના શરીરમાં ( અર્થાત્ તેમના માબાપ દ્વારા પ્રાપ્ત થયેલા ) વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય થયેઓ હોય છે, તેથી એવા જન્મેલા બાળકો જન્મથીજ રોગી કિંવા અશક્ત હોય છે, અને તેમાંના ઘણા બાલ્યાવસ્થામાંજ મરણ પામે છે.

ધાવણા બાળકોનું કઇ જાતના અન્ન ઉપર પોષણ કરવું એ વાત અત્યંત મહત્વની છે. કારણ બાળકોને નાનપણમાં યોગ્ય પ્રકારનો આહાર મળે તો તે નીરોગી અને સુદ્રઢ થવાંજ જોઇએ. બાળકોને ઉત્કૃષ્ટ અન્ન તે માતાનું દુધજ છે, પરંતુ દુર્દૈવની વાત એ છે કે પુષ્કળ સ્ત્રીઓનાં શરીર વિજાતીય દ્રવ્યોથી ભરેલાં હોય છે. તેથી

તેમને પૂરતું ધાવણ આવતું નથી, તેથી પુષ્કળ બાળકોને માતાનું દુધ મળતું નથી. આવી સ્થિતિમાં ધાવતા બાળકોને બીજા કોઇનું દુધ આપવું પડે છે. પરંતુ એ પણ લક્ષમાં રાખવું જોઇએ કે બીજા કોઇનું ( ધાવનું ) દુધ માતાના દુધની બરાબરી કરી શકે તેમ નથી. પહેલા બે ચાર મહીના સુધી ધાવતા બાળકોને ઉત્તમ પ્રકારના દુધમાં બકરીનું કિંવા ગાયનું ઉંનું કર્યા વગરનું દુધ છે. દુધને ઉકાળીને આપવાથી અને વિશેષ કરી સાકસલેટની રીતિ પ્રમાણે દુધ નિર્જિવ, નિર્બીજ,કરીને તે છોકરાને પાવાથી ફાયદાને બદલે ઉલટું વધારે નુકશાન થાય છે.

અયુક્ત આહારનું પચન કદી પણ થતું નથી. આવા આહારનું સેવન હમેશ કરવાથી તેનું પૂર્ણ પચન ન થવાથી શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય થતો જાય છે, અને આગળ વર્ણન કરી ગયા પ્રમાણે સ્થિતિ પ્રાપ્ત થાય છે. સિવાય શરીરનું યોગ્ય પોષણ થતું નથી તે તો જુદું જ.

જ્યારે વિજાતીય દ્રવ્ય પ્રથમ પેટમાં ભેગાં થાય છે ત્યારે તેનો નિકાલ કરવા માટે આપણી પ્રકૃતિ શરીરમાં અતિશય પરશેવો લાવે છે, કિંવા વારંવાર પેશાબ લાવે છે ઇત્યાદિ ઉપાયથી કિંવા અતિસાર વગેરે વિકાર ઉત્પન્ન કરીને મળની સાથે તે દ્રવ્યને કાઢી નાંખવાનો પ્રયત્ન કરે છે.

આવી રીતે ઘણી વખતે જથાબંધ વિજાતીય દ્રવ્યનો શરીરમાંથી નિકાલ થાય છે, તથાપિ તે વિજાતીય દ્રવ્યનો સમુળગો નાશ થતો નથી, અને પ્રથમ પ્રમાણે આહારનો ક્રમ ચાલુ રહેવાથી તેમાં નવીન દ્રવ્યોનો ઉમેરો થતો જાય છે. જ્યાં વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય થયો હોય છે તે ભાગમાં અત્યંત દાહ અને ઉષ્ણતા ઉત્પન્ન થાય છે, અને તેના લીધે અતિસાર ઉત્પન્ન થાય છે. આજ ઉષ્ણતાનો વિજાતીય

દ્રવ્યો ઉપર પરિણામ થઇ તે કહોવા અને ઉભરાવા લાગે છે, અને તેમાંથી ઝેરી વાયુની ઉત્પત્તિ થાય છે. આ વાયુ પૈકી મોટો ભાગ આપણી ત્વચા ( ચામડી )ના છિદ્રોમાંથી બહાર નિકળે છે, પરંતુ બાકીનો ભાગ ફરી ઘનાવસ્થામાં આવી જાય છે, અને તે અવસ્થામાં તે વાયુ ત્વચા નીચે જામી રહે છે. આ પ્રમાણે શરીરમાં સંચય થાય છે. શરીરના અમુક ભાગમાં સંચય થવો એ વિજાતીય દ્રવ્ય જે માર્ગથી શરીરમાં ફેલાવા લાગે છે તે માર્ગ ઉપર અવલંબી રહે છે.

કોઠા અને આંતરડામાં વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય થવાથી તે ઇંદ્રિયો નિર્બળ થાય છે; અને પરિણામે સારૂં પથ્ય અને હિતકારક અન્ન પણ પચન થતું નથી અને આ પચન થયા વગરના અન્નથી વિજાતીય દ્રવ્યોના સંચયમાં વધારો થતો જાય છે. આ પ્રમાણે વિજાતીય દ્રવ્યોનો એકવાર સંચય થયો એટલે ઉપર કહ્યા પ્રમાણે પછી આપોઆપ વધારો થતો જાય છે અને આ વિજાતીય દ્રવ્યના સંચયનો નિકાલ કરવા માટે આપણી પ્રકૃતિને, આમાંશ, અતિસાર, તાવ ઇત્યાદિ વિકાર ઉત્પન્ન કરવા પડે છે. આમાંસ, અતિસાર, તાવ, ઇત્યાદિ વિકાર એટલે શરીરમાંના દોષિક દ્રવ્ય કાઢી નાંખવા માટે પ્રકૃતિના તે સ્વાભાવિક ઉપાય છે. આ ઉપાય બાલ્યાવસ્થામાં શરીરમાં જ્યારે વધારે બળ હોય છે તે વખતે ઘણીવાર થાય છે. નાનાં બાળકને સુરછી, ગોવરૂ વગેરે રોગ બહુજ થાય છે તેનું કારણ પણ એજ છે.

કેટલીક વખતે ફેફસાં અને ત્વચાદ્વારા વિજાતીય દ્રવ્ય શરીરમાં જાય છે; અને જો કે તે દ્રવ્યોને કુદરત શરીરમાંથી બહાર કાઢી નાંખે છે તથાપિ તે કોઇ કોઇ વખત શરીરમાં તેવાં ને તેવાં સંચય થઇ રહે છે. જ્યારે આપણી પચનશક્તિ ઉત્તમ પ્રકારની હોય છે ત્યારે ફેફસાં

વાટે શરીરમાં આવનાર દોષિક દ્રવ્યને શરીરમાંથી બહાર કાઢી નાંખવાની તાકત આપણા શરીરમાં હોય છે; પરંતુ પચનશક્તિ કમી થાય છે ત્યારે એ પ્રમાણે બની શકતું નથી. જે પ્રમાણે ખરાબ અહિતકારક અન્ન ખાવાથી વિજાતીય દ્રવ્યનો શરીરમાં પ્રવેશ થાય છે, તેજ પ્રમાણે ખરાબ હવામાં શ્વાસોચ્છ્વાસ લેવાથી શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો પ્રવેશ થાય છે, અને તેના યોગથી શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્યના સંચયમાં વધારો થાય છે. ફેફસાંદ્વારે શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્ય જાય છે તે અર્થાત્ **ખરાબ હવાના રૂપથી** શ્વાસોચ્છ્વાસ સાથે જાય છે.

કેટલીક વખતે શરીરમાંનાં દોષિક દ્રવ્ય કહાડી નાખવાને આપણી પ્રકૃતિ ક્ષત, ભગંદર, અરશ, હાથ પગને શરદી ઇત્યાદી વિકારના રૂપથી માર્ગ ઉત્પન્ન કરે છે. જ્યારે આ વિકાર થાય છે ત્યારે વિકાર થએલા ભાગ સિવાયનું બાકીનું શરીર નીરોગી જણાય છે, કારણ શરીરમાંના વિજાતીય દ્રવ્ય અન્ય ઇંદ્રિયોના વ્યાપારને જરા પણ પ્રતિબંધ કરતા નથી; તો પણ એ વાત લક્ષમાં રાખવી જોઇએ કે જ્યારે શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય અતિશય થાય છે અને જ્યારે વિશેષ કારણ ઉત્પન્ન થાય છે ત્યારે આવા પ્રકારના ( વિકારરૂપી ) ઉપાય આપણી પ્રકૃતિ તરફથી થાય છે.

ઉપર કહેલા પ્રકારના વિકાર થયા છતાં તે ઔષધથી એકદમ બંધ કરવામાં આવેલ દોષિક દ્રવ્યને બહાર નિકળી જવાનાં દ્વાર બંધ થવાથી દોષિક દ્રવ્ય શરીરના એકાદ ભાગમાં ભેગા થાય છે, અને તે ઠેકાણે સોજો કિંવા વ્રણ ઉત્પન્ન થાય છે.

એક માણસ ને દશ વર્ષનો અર્શનો વિકાર હતો. આગળ જતાં તેને જ્યારે રક્ત પડવા લાગ્યું ત્યારે તેણે પોતાના ફેમીલી ડોકટરનું લેવા માંડ્યું; પરંતુ તેના ઉપાયથી પણ રક્ત પડતું બંધ થયું નહિ.

ત્યાર પછી એક પ્રસિદ્ધ ડાકટરની સલાહથી તેણે ડરમેટોલ ( એક જાતની પેટંટ દવા ) નામની દવા લીધી. તેના યેાગથી તેને રક્ત પડતું એકદમ બંધ થયું અને પોતાનેા અર્શનેા રેાગ નિર્મૂળ થયેા એમ તે રેાગીને લાગ્યું. તે પછી થેાડાજ દિવસમાં એ રેાગીને કંઠના ભાગમાં એક ચમત્કારિક ગાંઠ નીકળી. એ ગાંઠ વધતાં વધતાં એટલી બધી વધી ગઈ કે તે ગાંઠના યેાગથી તેની શ્વાસ-નળીકા ઉપર એટલું બધું દબાણુ થવા લાગ્યું કે તેનેા શ્વાસ વખતે બિલકુલ રૂંધાઇ જશે કે શું તેનેા તેને ભય લાગવા માંડયેા. આવી સ્થિતિ થવાનું કારણુ એ હતું કે જે વિજાતીય દ્રવ્ય પહેલાં સડી ગએલા રક્તના રૂપથી આંતરડાંના રસ્તે મળદ્વારે બહાર નિકળતાં હતાં તે આંતરડાંનેા માર્ગ બંધ થયાથી કંઠની જગ્યાએ ભેગાં થએલાં હતાં. એજ દ્રવ્ય જો મસ્તક ઉપર ચઢયાં હેાત તેા તે ગૃહસ્થના મગજના જ્ઞાનતંતુને વિકાર થઈ તે ગાંડેા થઇ ગયેા હેાત.

આ ગૃહસ્થે તેના મિત્રેાની સલાહથી કુહનેના ઉપાય કરવાની શરૂઆત કરી. પ્રથમના સ્નાનથી તેને પુષ્કળ આરામ જણાયેા. આ ગૃહસ્થના શરીરમાં દેાષિક દ્રવ્ય સૂકાઇ ગયાં નહેાતાં તેથી તેને ગુણુ પણુ જલદી જણાયેા હતેા.

**ઉદાહરણુ બીજું**—એક ૩૦ વર્ષની સ્ત્રીને ઘણા દિવસ સુધી અતિસારનેા વિકાર હતેા. અર્થાત્ આ અતિસાર એટલે શરીરમાંના દેાષિક દ્રવ્ય બહાર કાઢી નાખવાના શરીરના કરેલા પ્રયત્નનું પરિણામ હતું. આ અતિસારના વ્યાધિ માટે તે બાઇએ એક ડાકટરની દવા લીધી. તે દવાથી તે બાઇનેા અતિસાર બંધ થયેા; પરંતુ થેાડાજ દિવસમાં તેને મળાવષ્ટંભ (બંધકેાશ) થવા લાગ્યેા અને તે કારણુથી તે બાઇના શરીરમાંથી બહાર નિકળતાં વિજાતીય દ્રવ્ય બંધ થવાથી

તે પેટમાં ઉંચે ચઢી બોચી આગળ ભેગાં થવા લાગ્યાં. પછી તેને ત્રણ અઠવાડીયામાં તે બાઇની બોચી (ગળાનો પાછલો ભાગ) સુજી ગઇ ત્યારે તે બાઇને સમજ પડી કે આ કંઠની પાછલા ભાગનો સોજો એ ઔષધોથી અતિસાર બંધ કરવાથીજ થએલો હોવો જોઇએ.

હવે આ સોજો અતિસાર બંધ કરવા પછી થોડા દિવસમાં ન આવતાં કેટલોક વખત ગયા પછી આવ્યો હોત તો તે ઔષધથી રોગ દાબી દેવાથી પ્રકૃતિને નુકસાન થઇ આવે છે એ વાત તે બાઇના ધ્યાન પર કદી પણ આવત નહિ.

પગને જે સોજો આવે છે તેને જો ઔષધથી બંધ કર્યો હોય તો વિજાતીય દ્રવ્ય કેટલીક વખત ઉપર ચઢી બોચીના ભાગમાં ભેગાં થાય છે. કિંવા મસ્તક ઉપર ચઢી કંઇ મજ્જાતંતુ સંબંધીના કિંવા મેંદુ સંબંધીના વિકાર ઉત્પન્ન કરે છે. આવા વખતે વિજાતીય દ્રવ્ય કોઇ કોઇ વાર રક્તાશય ( કલેજા ), ફેફસા કિંવા બીજી એકાદ ઇન્દ્રિયમાં જઇ ભેગાં થઇ ત્યાં વિકાર ઉત્પન્ન કરે છે. એકંદર વિચાર કરતાં એમ કહી શકાય કે ધાતુ ક્ષયાદિ સર્વ અંતર ઇન્દ્રિયોના વિકારોનું કારણ ઔષધોથી રોગોને દાબી દેવામાં આવે છે તેજ છે.

આવા પ્રકારના રોગોમાં ઉધરસ એ પ્રાધાન્યપદ ભોગવે છે. ઉધરસને કૃત્રિમના ઉપાયથી દાબી દેવામાં આવે તો ફેફસાને નુકશાન થાય છે અને પરિણામે ફેફસાં સંબંધીના વિકાર થવાનો ભય રહે છે.

કેટલાક પ્રસંગે વિજાતીય દ્રવ્ય પ્રથમ રક્તમાંજ જાય છે. આવા વખતે તેનાથી થનારી ઇજા, તે અન્નના અપચનથી થનારી ઇજા કરતાં વધારે સખ્ત હોય છે. આવા પ્રકારનું ઉદાહરણ તે સર્પ–વિષનું છે. આ વિષ રક્તમાં પ્રવેશ થતાં રક્તમાં ફર્મેન્ટેશન (કોવાણ) થાય છે, અને તેના યોગે જવર પણ આવે છે. પરંતુ તેજ વિષ તેટલા

પ્રમાણમાં અન્નની સાથે પેટમાં ગયું હોય તો મળની સાથે તેનો ઘણોખરો ભાગ બહાર પડે છે, અને શરીરને કંઇ પણ જાતનું નુકશાન થતું નથી. હડકાયા કુતરાના વિષના સંબંધમાં પણ આવીજ સ્થિતિ છે. તથાપિ આવી રીતે રક્તમાં જનારા સર્વ પ્રકારના વિજાતીય સર્પ-વિષ જેવો તાત્કાલિક કિંવા ઘાતક પરિણામ થતો નથી; પરંતુ તેનું પરિણામ નુકશાનકારક થાય છે એ વાત તો નક્કીજ છે. જ્યારે આપઘાતથી જખમ થાય છે ત્યારે જખમદ્વારા વિજાતીય દ્રવ્ય શરીરમાં જાય છે, ત્યારે તે નિરૂપાયની વાત છે એમ સમજી આપણને ખેદ થાય છે. આમ છતાં પણ રોગનાશક ઉપાય કરવાની વૃથા કલ્પનાથી જે લોક શસ્ત્રથી શરીરમાં છેદ પાડી નુકશાનકારક રસ શરીરમાં દાખલ કરે છે તેમની મૂર્ખાઇ માટે શું કરવું ? કોઇ પણ જાતની રસી શરીરમાં શસ્ત્રથી છેદ પાડી દાખલ કરવી એ ભૂલ ભરેલો અને ઘાતક પ્રધાન છે. સર્વ મનુષ્ય જાત રોગી અને અશક્ત ન થાય એવો આપણો હેતુ હોય તો મનુષ્ય શરીરમાં રસી દાખલ કરનારા રિવાજને જેમ બને તેમ જલદી બંધ કરવાનો પ્રયત્ન કરવો જોઇએ. જો સાધારણ નીરોગી પ્રકૃતિના માણસના શરીરમાં રસી દાખલ કરવામાં આવે તો તે રસીરૂપી વિષયનો ઘણો ભાગ ઘણું કરી રસી દાખલ કરવા માટે શરીરમાં જે છેદ પાડ્યો હોય તે છેદદ્વારા કુદરત બહાર કાઢી નાખવાનો પ્રયત્ન કરે છે. આવી વખતે શરીરમાં છેદ પડેલા ભાગમાં સોજો આવી તેમાંથી પરૂના રૂપમાં પેલી રસી વહી જાય છે છતાં પણ તેનો કંઇ ભાગ શરીરમાં સિલક રહે છે; પરંતુ જ્યારે શરીરમાં દાખલ કરેલા વિષને બહાર કાઢી નાંખવા જેટલું બળ શરીરમાં હોતું નથી ત્યારે રસીનો કેટલો ભાગ શરીરમાં રહે છે, ત્યારે રસી બરાબર ઉઠી નથી એમ સમજી ફરી રસી દાખલ કરવામાં આવે

છે. આ પ્રમાણે રસી દાખલ કરનારા ભૂલ ભરેલા રિવાજથી પ્રકૃતિનું બળ કમી થાય છે અને શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો વધારો છે.

## શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્ય સંચય થવાથી શરીરમાં થતા ફેરફાર.

આગળ કહેવામાં આવ્યું છે તેમ વિજાતીય દ્રવ્ય શરીરમાં ઉત્પન્ન થયાં કે પછી તે પોતાને રહેવા લાયક યોગ્ય સ્થળ શરીરમાં શોધવા લાગે છે. આ દ્રવ્યને સંચય થવાનો પ્રારંભ પ્રથમ પેટમાં થાય છે, અને ત્યાંથી તેને અનુકૂળ આવે તે દ્વારેથી તે શરીરમાં પથરાવા લાગે છે. આ પ્રમાણે વિજાતીય દ્રવ્ય પથરાવાનો એકવાર પ્રારંભ થયો કે શરીરમાં દૂર સુધી એટલે મસ્તક અને હાથ પગ સુધી જાય છે. વિશેષ અનુકૂળ એવું કારણ ઉત્પન્ન ન થાય તો તે વિજાતીય દ્રવ્ય પ્રસરવાની આ ક્રિયા તદ્દન મંદ ગતીથી ચાલે છે. વિજાતીય દ્રવ્યની ગતી ઘણું કરી માથા તરફ હોય છે અને ત્યાં જતા તેને અર્થાત્ બોચીના ભાગમાં સાંકડા માર્ગમાંથી જવું પડે છે. બોચી પાસેનો શરીરનો ભાગ પાસેના શરીરના ભાગના પ્રમાણમાં ઘણો નાનો હોવાથી ત્યાં વિજાતીય દ્રવ્યને પૂરતો માર્ગ ન મળવાથી તેને હરકત થાય છે. તેથી વિજાતીય દ્રવ્યનો ઘણો ભાગ બોચીમાં ભેગો થાય છે. ઉપરના કારણથી ત્યાં વિજાતીય દ્રવ્ય ભેગાં થયાં છે એમ સમજી શકાય છે. વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય થતાં બોચીનો ભાગ પ્રથમ મોટો દેખાય છે, અને પછી તે જગાએ ઘણી વખત ગાંઠો પણ થાય છે. કોઈ કોઈ વખતે બોચીની આસપાસની ઇંદ્રિયો ઉપર વિજાતીય દ્રવ્યનો મોટો થર બાઝી જાય છે, અને ત્યાં રૂધિરાભિસરણ બરાબર ન થવાથી તે ભાગ ફિક્કો, સુકાયલો ને કંઇક ચપટા જેવો લાગે છે. આવી સ્થિતિમાં બોચી તરફ જોતાં અજ્ઞાની માણસને બોચીમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો

સંચય થવાનું ધ્યાનમાં આવશેજ નહિ. પરંતુ બોચી તરફ લક્ષપૂર્વક તપાસી જોનારને બોચીના ભાગમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો થર બાઝી જઇ બોચીના ભાગનો સ્વાભાવિક આકાર બદલાઇ ગયો છે એમ ધ્યાનમાં આવ્યા વિના રહેશે નહિ. આવી સ્થિતિમાં માથાના ભાગને આજુ-બાજુ ફેરવી શકાય નહિ. સિવાય ચહેરાનો ભાગ પણ સચેત રહેલો નથી.

કેટલીક વખતે શરીરનો વિશેષ ભાગ તપાસી જોતાં કેવળ શરી-રના સામાન્ય આકાર ઉપરથી વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય શરીરના કયા કયા ભાગમાં થયો છે અને કયો રોગ થયો છે તે પણ સમજી શકાય છે, પરંતુ અન્ય પ્રસંગે રોગના સ્વરૂપનો નિશ્ચય કરવા પહેલાં પ્રત્યેક અવયવનો તથા શરીર સંબંધીની પ્રત્યેક વાતનો લક્ષપૂર્વક વિચાર કરવો પડે છે. સામાન્ય રીતે પેટમાં અને તેજ પ્રમાણે મસ્તક અને બોચીમાં વિજાતીય દ્રવ્યના સંચયનું સ્વરૂપ સરખુંજ હોય છે, એટલે પેટમાં ડાબા, જમણા, આગલા, પાછલા ભાગમાં જે પ્રમાણમાં સંચય કમી જાસ્તી થયો હોય તેજ પ્રમાણમાં તે બોચીમાં અને મસ્તક તથા તેની આજુબાજુ પણ તે તે પ્રમાણમાં હોય છે. કોઈ કોઇ પ્રસંગે પેટમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય કમી થવા માંડે છે અને બોચી આ-ગળ વધવા માંડે છે; પરંતુ કુહ્નેના જલોપચારથી બોચીનો સંચય કમી થતો જાય છે, અને તેજ પ્રમાણમાં પેટમાંનો સંચય વધતો જાય છે. વિજાતીય દ્રવ્ય પેટમાંથી મસ્તક તરફ જવા માંડયાં એટલે તે એક વિવક્ષિત માર્ગથીજ જાય છે એવો કંઇ નિયમ નથી. વિ-જાતીય દ્રવ્યને જવાનો માર્ગ તે દ્રવ્યના જવાના માર્ગમાં જે ઇંદ્રિયો હશે તેની શક્તિ ઉપર અને કમી જાસ્તી નીરોગીપણા ઉપર કિંવા કંઈ અંશે તે માણસની સુવાની રીતિ ઉપર ( તે માણસ ઉંઘતી વખતે

કયું પાસું નીચે રાખી નિદ્રા લે છે તે ઉપર ) અવલંબી છે. આ પ્રમાણે વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય શરીરના આગલા ભાગમાં કોઇ પણ કુખ તરફ કિંવા પાછળીના ભાગમાં થઇ શકે. આ પ્રમાણે સંચયના એકંદર ત્રણ પ્રકાર છે. એટલે કુખની ડાબી કુખ અને જમણી કુખ એવા ભેદ માનીએ તો એકંદર ૪ પ્રકાર થાય છે તે પ્રકાર નીચે પ્રમાણે:—

૧. આગળના ભાગનો અથવા (પુરઃસ્થ) સંચય.

૨. જમણી બાજુનો સંચય.

૩. ડાબી બાજુનો સંચય.

૪. પાછલા ભાગનો (પૃષ્ટસ્થ) સંછય.

## પુરઃસ્થ સંચય.

જ્યારે સંચય બધે અથવા ઘણું કરીને શરીરના આગલા ભાગમાંજ હોય છે ત્યારે તેને પુરઃસ્થ સંચય એમ કહે છે.

આગલા ભાગમાં સંચય થવાથી સાધારણ રીતે ગળાનો આગલો ભાગ જરા લદૂ જેવો જાડો થાય છે અને ચહેરો મોટો, ગોળાકાર અને ફુલેલો દેખાય છે. આવા પ્રકારના ચહેરાની વિશેષ નિશાની કહીએ તો એ છે કે જેવી રીતે નીરોગી–વિજાતીય દ્રવ્ય રહિત–મનુષ્યના ચેહરા ઉપર વિભાગ રેષા દેખાય છે તેવી રીતે ન દેખાતા તે વિભાગ રેષા પાછળ ગયેલી દેખાય છે.

આગળની બાજુમાં સંચય ઘણો થયો હોય ત્યારે ચહેરો ઘણો ફુલેલો દેખાય છે તથા કપાળપર મેદનો સંચય થઇ ત્યાં સ્થૂલપણું થયેલું દેખાય છે. જ્યારે પાછલા ભાગમાં સંચય થયેલો હોય ત્યારે પણ કદી કદી કપાળપર મેદ વૃદ્ધિ થયેલી દેખાય છે. એથી કપાળપર સ્થૂલપણું વિશિષ્ટ પ્રકારના સંચયની નિશાની છે એ નિશ્ચયપૂર્વક કહી

શકાય નહિ. તે ઉપરથી સમજી શકાય કે વિજાતીય દ્રવ્યોનો પ્રસ મગજ સુધી થઇ ગયો છે.

ઘણી વખતે વિજાતીય દ્રવ્યનાં ગોળા ને ગોળા ગળાના ભાગ થયેલાં દેખાય છે. આવી સ્થિતિ હોય ત્યારે સંચય ઘણોજ થયો અને પ્રકૃતિ ઘણીજ રોગગ્રસ્ત થઇ છે એમ સમજવું. આવી સ્થિતિમાં ગળાના ભાગમાં વિજાતીય દ્રવ્યમાંની કોમળતા જતી રહીને શુષ્ક થઇ જાય છે ત્યારે ગળાના ભાગ પાસે ફુલેલો ભાગ દેખાતે નથી અને તેથી ગળા પાસેની મર્યાદારેષા પણ નીરોગી મનુષ્યની પ્રમાણેજ દેખાય છે.

શરીરના આગલા ભાગમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય થયેલો હો છે ત્યારે શરીરનો વર્ણ ફીકકો હોય છે કિંવા તેમાં રાતાપણું વ્યાજબ કરતાં વધારે હોય છે, અને જે ભાગમાં સંચય ઘણો થયેલો હોય તે ભાગ ફુલેલો અને તગતગતો દેખાય છે.

મસ્તકના ચલણવલણથી પણ સંચયનો પ્રકાર સમજી શકાય છે જ્યારે સંચય શરીરના આગલા ભાગમાં થયેલો હોય છે ત્યારે મસ્ત પાછળ જોઇએ તેટલું વાળી શકાતું નથી, અને જો મસ્તકને પાછ વાળવાનો પ્રયત્ન કરીએ તો ગળાનો ભાગ ઘણોજ તણાય છે. આવ વખતે માત્ર ન દેખાય એવાં નાના મોટાં વિજાતીય દ્રવ્યના ગોળ ગળા પાસે સંચય થયેલા નજરે પડે છે.

આ પ્રમાણે પુરઃસ્થ સંચયમાં, સર્વ ચહેરામાં કિંવા ચહેરાન વિશિષ્ટ ભાગમાં સંચય થયેલો હોય છે. કોઇ કોઇ વખતે સંચય ચહેરાની એક બાજુની ભાગમાં થયેલો હોય છે. આવી વખતે ચહેરાનો અડધો ભાગ બીજા ભાગના કરતાં અધિક મોટો અને લાંબો દેખાય છે

વિશિષ્ટ રોગ થવો એ સંચયના સ્વરૂપ પર અવલંબી રહે છે. શરીરના આગલા ભાગમાં સંચય થયો હોય ત્યારે વિજાતીય દ્રવ્ય પેટના ભાગથી માંડીને ઉપર મસ્તક સુધી અને નીચે પગ સુધી પ્રસરેલાં હોય છે, અને શરીરની કેટલીક ઇન્દ્રિયો જે આગલા ભાગમાંજ આવેલી હોય છે તે પૈકી ઘણી ઇન્દ્રિયો પર વિજાતીય દ્રવ્યનો પરિણામ થાય છે, તેથી કરીને આગલા ભાગમાં સંચય થયો હોય ત્યારે પ્રત્યેક તીવ્ર રોગ થવાનો સંભવ હોય છે, દાખલા તરીકે, જેનાં શરીરનો આગલો ભાગ વિજાતીય દ્રવ્યથી વ્યાપ્ત થયેલો હોય છે, તેવા માણસને ઓરી, ઓરીનો તાવ, ઘટવિસર્પ, ફેફસાંનો દાહ ઇત્યાદિ રોગો થાય છે. એવા આ લોકોના શરીરના આગળના ભાગ પર રોગનું વિશેષ જોર હોય છે. આ વાત આવા લોકોને ઓરી, ઓરીનો તાવ, વગેરે રોગ ઉત્પન્ન થતાંજ ફોલ્લિઓ આગલા ભાગ પર દેખાય છે, તે ઉપરથી માલૂમ પડે છે.

ઘણા જુના રોગો ઘણું કરીને ગળા સંબંધી અને કંઠ સંબંધી અને ક્વચિત પ્રસંગે મુખ સંબંધી રોગ પણ શરીરના આગલા ભાગમાં સંચય થવાથીજ થાય છે.

જે રોગોમાં ચહેરા ઉપર જોઇએ તે કરતાં વધારે લાલી હોય છે અને ચહેરા પર ફોલ્લિઓ ઉઠે છે તે રોગોનું ગળા કે ચહેરાના રોગોમાંજ ઘણા ડૉકટરો અંતર્ભાવ કરે છે. આવા રોગોની પ્રથમાવસ્થામાં પહેલાં ઘણું કરીને ફક્ત હનુવટી ( દાઢી ) માંજ વિકાર થાય છે. આગલા ભાગમાં સંચય થવાથી દાંત–ઘણું કરીને પ્રથમ નીચેના દાંત–હાલે છે અને કળે છે. ઘણી વખતે મજ્જાતંતુ સંબંધી રોગ અને નેત્ર રોગ આવી પ્રકૃતિના લોકોને થાય છે. જ્યારે વિજાતીય દ્રવ્ય તાળવા સુધી જઇ પહોંચે છે ત્યારે માથામાં ટાલ પડે છે

અને માથાના આગલા ભાગમાંના કેશ ખરી પડવા માંડે છે.

સંચય ફકત આગલા ભાગમાંજ થયેલો હોય ત્યારે મગજ સંબંધી રોગો થવાનો સંભવ સમુળગો હોતો નથી.

જ્યારે વિજાતીય દ્રવ્ય ઘણું કરી ગાલમાં અને કપાલમાં સંચય થયો હોય છે અને શરીરના બીજા ભાગો આ વિજાતીય દ્રવ્યથી મુક્ત હોય છે ત્યારે શરીરની કોઈ પણ મહત્વની ઇંદ્રિયને વિકાર થતો નથી. જે વિકારો થાય છે તે કપાલ કે ગાલના ભાગમાંજ થાય છે. આ વિકાર એટલે કપાળ દુખવું, શરીર પર–વિશેષ કરીને ચહેરા પર ફોલ્લિઓ–ખીલો વગેરે ઉપદ્રવો થાય છે.

આવા પ્રકારના રોગીઓની પ્રકૃતિ ઉપર હવાના કમી અથવા જાસ્તી ઉષ્ણુમાનના પ્રમાણુમાં ઉષ્ણુમાનનો પરિણામ તરતજ દેખાય છે.

આગળ કહેલુંજ છે કે કેટલાકના શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્યના ફેલાવ ઘણી વખતે ઘણી મંદ ગતિથી થાય છે. એવા લોકોને ઉપર કહેલા રોગો પૈકી એકાદ રોગ સિવાય ઘણા વર્ષો સુધી બીજો કોઈ પણ પ્રકારનો દુર્ઘર રોગ થતો નથી, પરંતુ આગળ જેમાં પહેલેથી ઘણો સંચય થયેલો ન હોય એવા શરીરના ભાગમાં એકદમ વિકાર થાય છે.

આવી જાતનાં સર્વ વિકારોનો એકજ ઉપાય છે. તે એ કે જે કારણુથી વિકાર થયો હોય તે કારણોને દૂર કરવાં. અર્થાત્ કારણો દૂર થયાં કે રોગ પણ મટયા વગર રહેતો નથી.

શરીરના આગલા ભાગમાં સંચય થયેલાં દ્રવ્યને શરીરમાં દમાવી દેવું સહેલું છે. અર્થાત્ આવા પ્રકારના સંચયથી થયેલા રોગોજ ઘણું કરીને જલ્દીથી મટે છે. ઓરી, મખારખી ઇત્યાદિ ઘણું કરીને નાના બાળકોને થતાં રોગો અને પુરોભાગના સંચયથી થનારા જવરાદિ

જાતના રોગો એકંદરે અનપકારી ( કેટલાક અંશે ઉપકારી ) રોગોની ગણનામાં આવે છે.

પુરોભાગના સંચયથી થનારા રોગો કુન્હેના ઉપાયોથી થોડી મુદતમાં સારા થાય છે. એક માણસને ૧૮ વર્ષથી થયેલો સાયકોસિસ* એ ત્વચારોગ કુન્હેએ થોડાજ અઠવાડીયામાં મટાડયો હતો.

રોગથી ( વિજાતીય દ્રવ્યના યોગથી ) એકાદ ઇંદ્રિય કે અવયવ સડી ગયો હોય અથવા તો નષ્ટ થઈ ગયો હોય ત્યારે તે ફરી સાજો થઈ શકતો નથી. દાખલા તરીકે એકાદ દાંત હાલીને પડી ગયો હોય તો તે ફરી પાછો કદી પણ ઉગતો નથી. પરંતુ કેટલાક વર્ષો સુધી જ્યારે માથામાં ટાલ પડી હોય તો યોગ્ય ઉપાયો કરવાથી વાળ ઉગી શકે છે.

## પાર્શ્વસ્થ ( શરીરની બાજુમાં થનારો ) સંચય.

શરીરની ડાબી કિંવા જમણી બાજુમાં જે પ્રમાણમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય થયો હોય તે પ્રમાણમાં ગળાના ડાબા કિંવા જમણા અંગમાં સ્થુલપણું કિંવા સોજો આવે છે. કેટલીક વખતે શરીરના જે ( બાજુના ) ભાગમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય થયેલો હોય છે તે તરફના સર્વ અવયવો જરા મોટા કે ગોળાકાર દેખાય છે.

આવા સંચયથી કેટલીક વખતે ડાબુ અંગ જમણા અંગ કરતા મોટું દેખાય છે અને જમણા અંગમાં સંચય થવાથી ચહેરાનો જમણો ભાગ ડાબા ભાગ કરતાં વધારે ગોળાકાર અને લાંબો થયેલો દેખાય

* Sycosis એ ચામડીનું એક દરદ છે. એમાં હનુવટી ( દાઢી ) ભમરો ઇત્યાદિ ચહેરાના વાળના ભાગની ચામડી સુજે છે અને તે જગ્યા પર ઝીણી ફોલ્લિઓ ઉત્પન્ન થઇ તે સ્થાનનો નાશ થાય છે.

છે. એટલે શરીરના જે ભાગમાં સંચય થાય છે તે ભાગની આવી સ્થિતિ થાય છે, અને મર્યાદારેખા પણ જે ભાગમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય થયેલો ન હોય તે ભાગમાં જેવી સ્પષ્ટ દેખાય છે તેવી સંચયવાળા ભાગના તે અંગમાં દેખાતી નથી.

એક અંગમાં સંચય થયાથી જે વિકાર થાય છે તે સારો થવો ઘણો કઠણ હોય છે. જે અંગમાં સંચય થયેલો હોય તે બાજુના દાંત ઘણું કરીને હાલવા લાગે છે અને તે બાજુની દાઢમાં ઘણી વખતે સણકા આવે છે. જ્યારે શરીરની બાજુ અથવા આગલા ભાગમાં સંચય થાય છે ત્યારે કેટલીક વખતે કાન બહેરા થઈ જાય છે. આ પ્રમાણે થાય ત્યારે કોઈ કોઇ વખતે માથા પાસેથી તે કાન સુધીનો ભાગ સુજેલો દેખાય છે. આવા પ્રકારનો સંચય થવાથી આંખોને પણ દૃષ્ટિમાંધ, મોતીઆબિંદુ વગેરે વિકારો થાય છે. તો પણ આ વાત લક્ષમાં રાખવા જેવી છે કે એ વિકાર જે બાજુના અંગમાં સંચય થયેલો હોય તો તે બાજુની ઇંદ્રિયને પ્રથમ થાય છે.

વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય મસ્તકના કેવળ એક ભાગમાંજ થવાથી આદાશીશીનો રોગ થાય છે. આ વિકાર કેટલાકને ઘણાં વર્ષ સુધી રહે છે અને તેનાથી આગળ જતાં ઘણો ખરાબ રોગ થશે એમ તે રોગીને પ્રથમથી સમજાતું પણ નથી; પરંતુ કેટલાક દિવસ પછી વિજાતીય દ્રવ્યના સંચયથી તે ભાગ એટલો બધો વધે છે કે ત્યાં જગ્યો ન મળવાથી વિજાતીય દ્રવ્ય બીજા ભાગમાં જાય છે અને ત્યાં અન્ય વિકાર ઉત્પન્ન કરે છે. એ કેમ થાય છે તેના વિષે ડૉ. કુન્હેએ પોતાના અનુભવની વાત આગળ આપી છે.

એક બાઇને પંદર વર્ષ સુધી આદાશીશીનો આજાર હતો. તેને પ્રથમ ડૉક્ટરોએ ઘણા ઉપચાર કર્યા હતા પરંતુ તેથી તેને ગુણ

લાગ્યો નહિ. તેના હંમેશના ડૉક્ટરે તેણીને કહ્યું કે " તમે હવે કંઈ પણ ઉપાયો કરશો નહિ. તમારી આદાશીશી કેટલાક દિવસ પછી એની મેળેજ મટી જશે." તે પ્રમાણે પંદર વર્ષ પછી તે બાઇની આદાશીશી ખરેખરીજ મટી ગઈ. પરંતુ તરતજ તે બાઇને આંખે દેખાતુ બંધ થયું. તે આદાશીશીનો જાણે તેણીની આંખે દેખાતું બંધ થયું તેની સાથે પણ સંબંધ છે, એવું કોઈ પણ માણસની કલ્પનામાં આવ્યું નહિ. ફક્ત એક સંકટ જતાં બીજું સંકટ આવીને ઉભું રહ્યું તેથી લોકોને ખરાબ લાગ્યું. આ બાઈની વિકૃતિના સબંધમાં ડૉક્ટર કુન્હે કહે છે કે,–

" વાસ્તવિક સ્થિતિ એવી હતી કે જે વિજાતીય દ્રવ્ય મસ્તકના એક અડધા ભાગમાં સંચય થયાથી તેણીને જે આદાશીશી થઇ હતી. તેજ દ્રવ્યો પોતાનું મૂળસ્થાન છોડી નેત્રમાં જવાથી આદાશીશી અદૃશ્ય થઈ અને નેત્રમાં અંધત્વ થયું હતું. ફક્ત તે બાઇની પ્રકૃતિ સુદૃઢ હોવાથી પંદર વર્ષ સુધી તેણીના શરીરે મસ્તકમાં વિજાતીય દ્રવ્યને નેત્ર તરફ જવા દીધો નહોતો."

ડાબુ અંગ વિજાતીય દ્રવ્યોથી વ્યાપ્ત થતાં ચામડીનો વ્યાપાર+ ઘણું કરીને બંધ પડે છે. પરંતુ તેજ જમણુ અંગ તરફ વ્યાપ્ત થાય છે ત્યારે શરીરમાંથી સારી પેઠે પરસેવો છુટે છે અને તે યોગથી વિજાતીય દ્રવ્ય બહાર નીકળી જાય છે, તેથી સંચય ઘણો થતો નથી, માટે ડાબા અંગમાં સંચય થવાથી થનારા રોગ જમણા અંગમાં સંચય થવાથી થતાં રોગો કરતાં ઘણા કઠિણ હોય છે. જમણા અંગમાં સંચય થાય છે ત્યારે ઘણી વખતે પગને શરદી થાય છે.

ડાબી બાજુના સંચય કરતાં જમણી બાજુનાં સંચયથી શરીરમાં અંતર્જ્વર ( હાડ કચરીઓ તાવ અથવા જીર્ણજ્વર ) કમી

---

+ પરશેવાદિરૂપે શરીરમાંથી મળ બહાર કાઢી નાંખવો ઈત્યાદિ.

હોય છે. તો પણ જમણા અંગમાં સંચય થતાં પગને કિંવા અંગને પરસેવો છુટતો બંધ થયો કે સ્થિતિ પ્રકૃતિને વિશેષ નુકસાનકારક છે એમ સમજીને યોગ્ય ઉપાયનું તત્કાળ અવલંબન કરવું જોઇએ.

## પૃષ્ઠસ્થ ( શરીરના પાછલા ભાગમાં ) સંચય.

સંચયના જે પ્રકાર આગળ કહી ગયા છીએ તે સર્વમાં પૃષ્ઠ ( પાછલા ) ભાગનો સંચય એ ઘણો નાશકારક છે. વિજાતીય દ્રવ્ય પીઠ તરફથી ઉપર જવા લાગ્યો કે તે હમેશાં મસ્તક સુધી જામે છેજ એવો નિયમ નથી. તે કોઇ કોઈ વાર પેટમાં સંચય થઇ રહે છે અને તેનાથી બરડાના આકારમાં ફેરફાર થાય છે.

આ પ્રકારના સંચયના યોગથી પ્રથમ ખાંદ ગોળાકાર થાય છે અને સંચય ઘણો વધે છે ત્યારે પીડે ખુંદ થાય છે. પરંતુ આવા પ્રકારના વિજાતીય દ્રવ્ય મસ્તક તરફ ન જતાં પીઠમાંજ સંચિત થઇ રહે છે. તેથીજ વિદ્રુપતા એટલે કુરૂપતા થાય છે. એ એક પ્રકારે સારૂં છે. કારણ; વિજાતીય દ્રવ્ય મસ્તક સુધી જઈ પહોંચવાથી ઘણો ભયંકર પરિણામ થાય છે, વિજાતીય દ્રવ્ય જ્યારે પૃષ્ઠ ભાગમાંથી મસ્તક સુધી જાય છે ત્યારે માથાનો પાછલો ભાગ ફુલે છે અને બોચી અને મસ્તકના પાછલા ભાગમાં મર્યાદારેષા દેખાતી નથી અને તે ઠેકાણે વિજાતીય દ્રવ્યના સંચયનો વધારો દિવસે દિવસે જાસ્તી થતો જાય છે, મસ્તક તાળવા પાસે ગોળ થતું જાય છે અને કોઇ કોઇ વખતે કપાળ સુધી મેદનો સંચય થઇ ત્યાં આગળ તેનો થર બંધાય છે. પ્રસંગે વિજાતીય દ્રવ્ય મસ્તકમાંથી ચહેરા તરફ ઉતરે છે અને તેનાથી ચહેરામાં પણ ફેરફાર થાય છે. અર્થાત્ તેની સાથે ત્યાં વિકાર થવાનો સંભવ પણ રહે છે.

પૃષ્ટ ભાગમાં સંચય થયેલો હોય છે ત્યારે તેની સાથે મૂળવ્યાધ

( અર્શ ) એ ઘણું કરીને હોય છેજ. તે પ્રમાણે આવા પ્રકારનો સંચય થયો હોય છે ત્યારે તેના નિતંબ ( કુલા–ધગડા ) ના ભાગ ઉપર કંઇપણ પરિણામ થાય છેજ. માટે એવા માણસથી સરળ અને સારી રીતે ચલાતું નથી.

પૃષ્ટ ભાગમાં સંચય થતાં એકાદ તીવ્રરોગ થાય છે તો તે મટવો ઘણો કઠિણ થાય છે. આવા રોગથી કેટલેક પ્રસંગે રોગીનો પ્રાણ પણ જાય છે. આવા પ્રકારના સંકટમાંથી મુક્ત થવા માટે શરીરમાંથી પરશેવો કાઢવો અને ડૉકટર કુન્હે એમના શીતસ્નાનનો ઉપયોગ કરવો એના જેવો બીજો એક ઉત્તમ ઉપાય નથી.

આવા પ્રકારનો સંચય થતાં તાવની જાતના રોગ* ઘણું કરી નાના બાળકોનેજ થાય છે, પરંતુ તે પ્રૈાઢ મનુષ્યને ક્વચિતજ થાય છે.

હવે આવા પ્રકારના તીવ્રરોગ પ્રૈાઢ માણસને થતાં નથી એટલે તેમની સ્થિતિ નાના બાળક કરતાં સારી હોય છે એમ સમજવું નહિ. ઉલટું તે ઘણી ખરાબ હોય છે એમ સમજવું. જ્યારે વિજાતીય દ્રવ્ય પૃષ્ટ ભાગમાંથી ફરતાં ફરતાં મસ્તકમાં જાય છે ત્યારે સ્મૃતિમાંદ ( વિસ્મૃતિ થવી ), ક્રોધીપણું, ઉત્સાહ નાશ ( દીલગીરી ), ઔદાસિન્ય ( ઉદાસીનપણું ) ઇત્યાદિ મગજ સંબંધીના અથવા જ્ઞાન સંબંધીના વિકારની શરૂવાત થાય છે. કેટલીક વખતે મગજ બિલકુલ બગડી જઇ માથું હલકું થાય છે અને ભ્રમ થવાનો કિંવા ગાંડપણ થવાનો ભય રહે છે. આવે પ્રસંગે કુન્હેના રૂપ પરીક્ષા શાસ્ત્રનું મહત્વ સમજાય છે. કારણ ઉપર કહેલાં પ્રત્યક્ષ થવા પહેલાં તેનું ભાવી આગમન આપણને આ શાસ્ત્રની સહાય્યથી ઓળખાવાથી આગળનું સંકટ ટાળી શકાય છે.

---

* ઓરી, મુલછી અથવા મળારખી, અછબડા, બળીયા ઈત્યાદિ.

જે લોકોના પૃષ્ટ ભાગમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય થયેલો હોય છે તે પહેલાં પહેલાં ઘણું કરી બાળપણમાં બુદ્ધિમાં સારા અને ચાલાક દેખાય છે તોપણ તેમના મનમાં એક પ્રકારની અસ્વસ્થતા હમેશાં નજરે પડે છે. પૃષ્ટ ભાગનાં સંચયવાળાં બાળકો નાનપણમાં તેમના વયના પ્રમાણમાં ઘણા બુદ્ધિમાન, શાણા, અને પુખ્ત દેખાય છે, પરંતુ તે સ્થિતિ આગળ ટકતી નથી, તે આગળ જતાં મંદબુદ્ધિવાળા, દરેક વાત વિસરી જનારા એવા થાય છે. અને તેથી કોઇ પણ વિષય તરફ એક સરખુ લક્ષ આપી શકતા નથી. ઘણું કરી ડૉકટર લોકોને આવા પ્રકારના છોકરાંની પ્રકૃતિમાં કાંઇપણ પ્રકારનો દોષ દેખાતો નથી. તેજ પ્રમાણે પૃષ્ટ ભાગમાં સંચય થવાથી મજ્જાતંતુ વિકાર થઇ એકાદ મનુષ્યને ઉત્સાહ શક્તિ વગેરે જણાતી નથી એમ જણાય ત્યારે તે એકાદ ડૉકટરને પોતાની વાત કહે છે ત્યારે "તમને કંઇ પણ વિકાર થયો નથી. તમારા વિકાર કેવળ કાલ્પનિક છે" એવું તે તેને કહે છે. આવા પ્રકારના લોકોના શરીર ઉપર દેખાતી તેજી અને લાલાશના યોગથી તે લોકો બિલકુલ નીરોગી અને સુદૃઢ હોવા જોઇએ એવું પુષ્કળ લોકોને જણાય છે પરંતુ એ તેમનું અજ્ઞાનજ હોય છે.

પૃષ્ટ ભાગમાં વિજાતીય દ્રવ્ય નાનપણમાંથી વ્યાપ્ત થયાને લીધે છોકરાંને કામવાસના જલ્દી ઉત્પન્ન થાય છે અને તેથી હસ્તમૈથુન ઇત્યાદિ વીર્યપાત કરવાની ઘાતક ટેવો તેમને પડે છે. એનો પરિણામ એવો થાય છે કે આગળ જતાં પુરૂષત્વ કમી થાય છે કિંવા તદ્દન નષ્ટ થઇ જાય છે. છોકરીઓને પણ આ વાત લાગુ પડે છે. નાનપણમાંથી પૃષ્ટ ભાગમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય થવાથી સ્ત્રીઓને વાંઝીયાપણું આવે છે. પતિ કિંવા ભાર્યા એ પૈકી ફક્ત એકનાજ શરીરમાં સંચય ઘણા દિવસનો કિંવા ઘણો વધેલો ન હોય તો તેના

સંબંધથી સંતતિ થાય છે, પરંતુ તેમનાં છોકરાં અશક્ત વા રોગી થાય છે અને ઘણું કરી ઘણી મુદત સુધી જીવતાં પણ નથી. જે સ્ત્રીઓના શરીરમાં આવા પ્રકારનો સંચય થયેલો હોય તે સ્ત્રીઓને અધુરે જાય છે અથવા કદાચિત ગર્ભ પૂર્ણાવસ્થાને પામી છોકરૂં જન્મે છે. તો પણ તેનું પૂર્ણ પોષણ થવા જેટલું તે સ્ત્રીના સ્તનમાં દૂધ ઉત્પન્ન થતું નથી.

પૃષ્ટ ભાગમાં સંચય અને તેનાથી થનારા ખરાબ પરિણામ એનો પ્રસાર એકાદ દેશમાં દિવસે દિવસે વધારે થતો જાય છે તો તે રાજની અવનતિ થતી જાય છે અને તેનો નાશ જલ્દી થશે એમ ખાત્રીથી સમજાય છે. જુન પરશિયન અને રોમન લોકો એમના ચિત્રના જે મુખવટા દૃષ્ટિએ પડે છે તે ઉપરથી તેમના શરીર પૃષ્ટ-ભાગના સંચયથી વ્યાપ્ત થયેલાં હોવાં જોઇએ એમ સ્પષ્ટ જણાય છે. આ બન્ને રાષ્ટ્રમાં પ્રાચીનકાળમાં અત્યન્ત સુધારણા હતી તેમ છતાં પણ તેમની ઉતરતી કળા લાગુ પડી તેમનો નાશ કેમ થયો તેનું કારણ આપણને કુન્હેના રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્ર ઉપરથી સમજાય છે.

જેમના પૃષ્ટ ભાગમાં વિજાતીય દ્રવ્ય સંચય થયેલો હોય છે એવા લોકો બુદ્ધિમાં હમેશાં મંદ હોય છે. એવા લોકોના હાથથી રાજ્યકારભારનાં અને ચતુરાઇનાં કામ કદી પણ સારાં થતાં નથી.

ગરીબ લોકો કરતાં શ્રીમંત લોકો ખાનપાનની બાબતમાં સૃષ્ટિ નિયમનું ઉલ્લંઘન બહુ કરે છે, તેથી કરીને પૃષ્ટભાગનો સંચય તેવા લોકોમાં વધારે દૃષ્ટિએ પડે છે.

પૃષ્ટ ભાગનો સંચય જેમ જેમ જીર્ણ થતો જાય છે તેમ તેમ તેનાથી થતા વિકાર ઘણા કઠિણ થતા જાય છે. માટે આવા પ્રકારનો સંચય થયો છે એવું સમજવામાં આવે કે તુરત સુજ્ઞ મનુષ્યોએ યોગ્ય ઉપાય કરવા જોઇએ. આવા પ્રકારના સંચયનો એક અતિશય ખરાબ

પરિણામ એ છે કે શરીરમાંના વિકારને સારો કરવાને જે સ્વાભાવિક શક્તિ અને બળ ( જીવનબળ ) આવશ્યક હોય છે, તે આવા પ્રકારનો સંચય થવાથી કમી થતું જાય છે. શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્ય જ્યાં સુધી સુકાઇ ગયો ન હોય ત્યાં સુધી તે દ્રવ્યો શરીરમાંથી થોડી મહેનતે દૂર કરી શકાય છે. પરંતુ એકવાર વિજાતીય દ્રવ્ય સુકાઈ જઈ તેની ગાંઠો બની જાય છે એટલે તેનો નિકાલ કરવા ઘણો વખત લાગે છે અને ઘણો પરિશ્રમ કરવો પડે છે, અને કેટલેક પ્રસંગે તો એટલું કરતા પણ યશ મળતો નથી.

## મિશ્ર સંચય.

આગળ કહી ગયા છીએ કે કેવળ એક પ્રકારનો સંચય કોઇક વખત થાય છે. ઘણું કરીને બે કિંવા સર્વ પ્રકારનો સંચય એકદમ થાય છે, અને પ્રત્યેક સંચયના કમી જાસ્તીના પ્રમાણમાં તેનું ભિન્ન ભિન્ન પરિણામ એકદમ જણાય છે. ઘણી વખતે પુરઃ સંચય વા પાર્શ્વસંચય એકી વખતે થયેલો દેખાય છે. એજ પ્રમાણે પૃષ્ટસ્થ વા પાર્શ્વસ્થસંચય પણ એકજ વખતે થયેલો દૃષ્ટિએ પડે છે. કેટલીક વખતે એકજ મનુષ્યને પૃષ્ટસ્થ સંચય વા પુરઃસ્થ સંચયજ થયેલા જણાય છે.

જે લોકોના શરીરના સર્વ ભાગમાં સંચય થયેલો હોય છે તેમના રોગ બહુધા અસાધ્ય હોય છે, એવા પ્રકારના લોકો હલકા માથાના, ફિરકિર, લહરી અને ચંચળ હોય છે. તેમના મનમાં શાંતતા વ સમાધાન કેવું હોય છે તે મૂળમાંજ તેમને જાણવામાં હોતું નથી. આવા લોકોને એકાદ તીવ્ર રોગ થતો તો તેનાથી ઘણી બીક રહે છે. વિજાતીય દ્રવ્યના સંચયથી તેમના શરીર લઠ્ઠ જેવા દેખાય છે તેથી તે નીરોગી અને સશક્ત હોવા જોઇએ એવું ઘણા લોકોને અજ્ઞાનતાને લીધે લાગે છે અને આવા લોકોના શરીરમાં થનારો ગુપ્ત

જ્વર બહારથી લોકોને દેખાતો નથી. આ ઉપરથી તેમનું અકસ્માત મૃત્યુ થયા છતાં પણ લોકો એમ કહે છે કે "આવા પહાડ જેવા જબરા માણસનું એકાએકી મરણ કેમ થયું?" એમ કહીને લોકો આશ્ચર્ય માને છે.

તથાપિ એ ધ્યાનમાં રાખવું જોઇએ કે વાયુવાળા માણસના શરીરમાં સ્થૂળપણું જ્યાં સુધી કાયમ હોય ત્યાં સુધી તે સારો થવાની આશા રહે છે. પરંતુ જો કંઇ કારણથી આવા માણસનું શરીર આગળ કૃશ અને શુષ્ક થવા લાગે તો તે સુધરવાની આશા કઠિણ છે. આવી સ્થિતિમાં મૂળથીજ ઉપાય હોતો નથી અને ઉપાય ઘણી કાળજીથી કરવામાં આવે તો પણ યશ મળવાનો સંભવ ઘણોજ કમી રહે છે. તથાપિ યશ આવવો અથવા ન આવવો એ ઘણે અંશે રોગીની વય તથા તેની પ્રકૃતિમાં જીવનબળ ઉપર અવલંબી રહે છે. આવી સ્થિતિમાં દોષિક દ્રવ્યનો નિકાલ કરવા જેટલું જીવનબળ ઘણાની પ્રકૃતિમાં રહે છે. પરંતુ જેમની પ્રકૃતિમાં આ જીવનબળ કમી હોય છે તેમને રોગ સામે ટકાવી રાખવાનું ઘણું કઠિણ હોય છે.

## અન્તરેંદ્રિયના ( અંદરની ઇંદ્રિયોના ) રોગ.

આગળ કહી ગયા છીએ કે આ રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્રને-વૈદકને-પારિભાષિક શબ્દોની બિલકુલ જરૂર નથી. તે પ્રમાણે ભિન્ન ભિન્ન પ્રકારના વિકારોને ભિન્ન ભિન્ન નામ આ શાસ્ત્રમાં મૂળમાંજ આપ્યા નથી. તથાપિ ઘણું કરીને કોઈ પણ ઇંદ્રિયને વિકાર થયો છતાં તેની પરીક્ષા આ શાસ્ત્ર ઉપરથી તેજ વખતે કરી શકાય છે. હવે કયા લક્ષણો ઉપરથી કયું અનુમાન કાઢવું અને કેવી રીતે પરીક્ષા કરવી તેનો આ સ્થળે વિસ્તારથી વિચાર કરીએ.

આ ગ્રંથમાં આગળ જે કહેવામાં આવ્યું છે તે ઉપરથી એમ

સમજાશે કે સંચય ક્યા પ્રકારનો છે. તેનો સંબંધ પ્રથમ પચનેંદ્રિય ( પાચન કરનારી ઇંદ્રિયો ) સામે હોય છે અને તેનો પરિણામ પણ પચનેન્દ્રિય ઉપર થાય છે. રોગના વિજાતીય દ્રવ્યોની ઉત્પત્તિ પ્રથમ પચનેન્દ્રિયમાંથીજ થાય છે અને તે ઇંદ્રિયોમાં વિજાતીય દ્રવ્ય જે પ્રમાણમાં ભેગાં થયાં હોય તે પ્રમાણમાં તેમના વ્યાપારમાં પ્રતિબંધ થઇને વિકૃતિ થાય છે. વિજાતીય દ્રવ્યનો વધારો જ્યારે સૂક્ષ્મ પ્રમાણથી થતો હોય છે ત્યારે તેનાથી કંઇ પીડા થતી નથી અને આપણને કંઇ વિકાર થયો છે એવું સમજાતું પણ નથી. કારણ કે સૂક્ષ્મ ગતિથી વધતી જનારી 'વિકૃતાવસ્થા ( રોગી અવસ્થા ) થી પ્રથમ ઘણે ભાગે વેદના કિંવા ત્રાસ જણાતો નથી. નીરોગી સ્થિતિ હોવા છતાં આપણી ઇન્દ્રિયોનાં વ્યાપાર એવા તો સૂક્ષ્મ રીતે ચાલતાં હોય છે કે તે વ્યાપાર ચાલુ છે કિંવા આપણામાં ઇન્દ્રિયો છે કે નહિ એ વાત સુદ્ધાં આપણને સમજાતી નથી; પરંતુ આવી સ્થિતિ ઘણાજ થોડા લોકોમાં હોય છે. જે લોકોનો ઘણો વખત ખુલ્લી હવામાં કામ કરવામાં જાય છે તેવા લોકોની માત્ર આ પ્રમાણે સ્થિતિ હોય છે. ઘણા લોકોને ભૂખ ન લાગવી, દસ્ત સાફ ન આવવો, નળોમાં વાયુ ભરાવો, ઇત્યાદિ પચનેન્દ્રિયો સંબંધી વિકારથી થોડો ઘણો પણ ત્રાસ ભોગવવો પડે છે. અને તે ઇન્દ્રિયો સંબંધી આથી જાસ્તી ત્રાસદાયક વ્યથા ન હોય એટલે લોક પોતાને સાધારણપણે નીરોગી અને સુખી માનતા હોય છે. આગળ વર્ણન કરી ગયા પ્રમાણે ઉત્કૃષ્ટ પાચનશક્તિ જેના શરીર વિજાતીય દ્રવ્યથી વ્યાપ્ત હોય છે, એવા મનુષ્યમાં કદી પણ હોતી નથી. જેના શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્ય સુકાઇ ગયાં હોય છે તેની પાચનશક્તિ તો બિલકુલ બગડેલી હોય છે અને તેમને મળાવષ્ટંભ ( બંધકોશ ), સંગ્રહણી વગેરે વિકાર ઘણે ભાગે હોય છે. આ

બન્ને પ્રકારના વિકારોનું કારણ વિજાતીય દ્રવ્યથીજ કોઠામાં ઉત્પન્ન થનારી ઉષ્ણતા હોય છે. આંતરડાની અંદર જે શ્લેષ્મ રૂપી ચીકાશવાળો પદાર્થ હોય છે ( જેના યેાગથી મળ આંતરડામાંથી સહજ રીતે આગળ ધકાય છે ) તે આ ઉષ્ણતાને લીધે સુકાઇ ગયેા એટલે મળ આંતરડાંમાંથી આગળ ખસતેા નથી અને આજુબાજુની ઉષ્ણતાને લીધે તેમાંની ભીનાશ. નહિ જેવી થઇ જાઇ તેની ગાંઠો બને છે. આ પ્રકારે મળાવષ્ટંભ ( બંધકોશ ) થાય છે. હવે જ્યારે મળને આગળ ધકેલવાનું સામર્થ્ય આંતરડાંમાં રહેતું નથી ત્યારે સંગ્રહણી થાય છે. સંગ્રહણીમાં મળ પાતળેા થઇ નિકળવાનું કારણ એ છે કે મળ કઠણ થવા પહેલાં વા મળ બંધાવા પંહેલાં તેને આંતરડાં આગળ ધકેલે છે. આ બન્ને પ્રકારના વિકારમાં અન્નનું યેાગ્ય રીતે પચન થતું નથી અને તેથી કરીને શરીરને બરાબર પેાષણ મળતું નથી; ઉલટું તેના યેાગથી શરીરમાં દેાષિક દ્રવ્યેાનેા સંચય વધતેા જાય છે. આ સર્વનેા એકંદર પરિણામ એવેા થાય છે કે શરીરમાં રક્ત ( લેાહી ) નેા જમાવ કમી થાય છે અને દિવસે દિવસે ક્ષીણતા વધતી જાય છે. આ પ્રકારની ક્ષીણતા વધવા લાગી એટલે ક્ષયની–પ્રથમાવસ્થાનેા આરંભ થયેા એમ સમજવું. કારણ પૈાષ્ટિક ખાણા વગેરે ચાલું છતાં ક્ષીણતા વધતી જવી એજ ક્ષયનાં લક્ષણ છે. હમણાં ઉપર કહી ગયા તે ઉપરથી એ વાત લક્ષમાં આવી હશે કે શરીરમાં તાકત રહેવા માટે અન્નના ગુણેા કરતાં પચનેન્દ્રિયનું સામર્થ્ય એજ વાત ઘણી મહત્વની છે. કારણ અન્નનેા યેાગ્ય પરિપાક પેટમાં થયેા એટલે ક્ષીણતા થવી જ અશક્ય છે. સંચય કોઈ પણ પ્રકારનેા હેાય તેા પણ પચનક્રિયામાં કિંવા પચનેંદ્રિયેાના વ્યાપારમાં કાંઈ બિગાડ થયેા છે કે કેમ એ અનુમાન ઉપરથી સહજ રીતે સમજાઇ શકે તેમ છે. જ્યારે સંચય

ડાબા અંગમાં થયેલો હોય છે ત્યારે એવું ખાસ સમજવું કે પચનેં-દ્રિયોની ડાબી બાજુ વિકૃત થઇ છે અને પેટમાં દુખવું અથવા શૂળ માફક ધોચાવું કિંવા પેટ તણાવું ( ચડવું ) એ વિકાર તેજ ભાગ ઉપર થાય છે; સંચય જમણા અંગમાં હોય ત્યારે કોઇ પણ વિકાર પેટના તે તરફના અંગમાંજ થાય છે. પૃષ્ટ ભાગ સંચયથી વ્યાપ્ત થાય છે ત્યારે મુખ્યત્વે કરીને આંતરડાના પાછલા ભાગમાં વિકાર થાય છે. એ વિકાર એટલે ઝાડાવાટે રકત પડવું વા મૂળવ્યાંધ ( અર્શ ) ઇત્યાદિ છે. વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય જયારે આગલા ભાગમાં થયેલો હોય છે ત્યારે પચનેંદ્રિયોને ઘણે ભાગે વિકાર થયેલો હોતો નથી, કદાચિત વિકાર થયો હોય તો ઇતર સંચયથી જેટલો થાય છે તેટલો હોતો નથી. આ પ્રકારનો સંચય થતાં પેટ દુખવું, નળમાં વાયુ ભરાવો વગેરે વ્યાધિ વિશેષ કમી થાય છે એમ નથી પરંતુ તેનાથી અન્નના પચનમાં અને શરીર પોષણમાં ઘણું કમીપણું થતું નથી. સિવાય આવા પ્રકારના સંચયથી થનારા વિકાર યોગ્ય ખાનપાન અને યોગ્ય ઉપાયથી જલ્દી સારા થાય.

યકૃત ઉર્ફે લીવર એ પચનેંદ્રિયો પૈકીની એક ઇંદ્રિય છે. આ ઇન્દ્રિય પેટમાં જમણી બાજુએ પાંસળી નીચે આવેલી છે એ વાત ઘણા ખરાના જાણવામાં છેજ. દોષિક દ્રવ્યનો સંચય જ્યારે જમણા અંગમાં થાય છે ત્યારે યકૃતને પણ કમી જાસ્તી વિકાર થાય છે અને યકૃતમાં પિત્ત અન્નમાં પુરતી રીતે ન ભળવાથી અન્નનું પચન બરાબર થતું નથી અને તેથી કરીને શુદ્ધ રક્ત પણ તૈયાર થતું નથી. અર્થાત્ તેથી કરીને શરીરમાં ફીકાશ આવે છે. માટે જે માણસને જમણા અંગમાં વિજાતીય દ્રવ્ય વ્યાપી ગયેલાં દેખાતાં હશે અને જેનો વર્ણ પિંડરોગી જેવો દેખાતો હોય છે તેને ઘણે ભાગે

યકૃતનો વિકાર થયેલો હોવો જોઇએ એમ સમજવું. યકૃત સંબંધી વિકાર ઘણે ભાગે જમણા અંગમાં સંચય થયાનું વિશેષ લક્ષણ છે. તેમાં શરીરે પરશેવો ઘણો થાય છે. જેના અંગમાં શરીરની જમણી બાજુએ સંચય થયેલો હોય છે તેમના શરીરમાંથી પરશેવો ઘણો જલ્દી આવે છે, અને તેમના શરીરમાંથી પરશેવો નિકળવો એ ઘણા હિતની વાત છે. ઘણી વખતે આવા લોકોના પગના તળીયાએ પરશેવો છુટે છે ( પગને શરદી રહે છે ). હવે પગને પરશેવો આવવાથી કેટલો બધો ત્રાસ કિંવા કંટાળો આવતો હશે તો પણ એ વાત ધ્યાનમાં રાખવી જોઇએ કે જ્યાં સુધી શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્ય હોય છે ત્યાં સુધી વિજાતીય દ્રવ્ય પરશેવા રૂપે શરીર બહાર નિકળવાં એ વાત પ્રકૃતિને અત્યન્ત હિતાવહ છે. જ્યારે સર્વ વિજાતીય દ્રવ્ય શરીરમાંથી નિકળી જાય છે ત્યારે પગના તળીયામાંથી પરશેવો નિકળતો આપોઆપ બંધ થાય છે. પરંતુ જો ઔષધો વગેરે આપી કૃત્રિમ ઉપાયોથી પરશેવો નિકળતો બંધ કરવામાં આવે તો શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્યને શરીરમાંથી બહાર નિકળવાનો માર્ગ બંધ થવાથી તે એકાદ ઈંદ્રિયમાં ભેગાં થઈ રહે છે, અને તે સ્થળે વિકાર ઉત્પન્ન કરે છે.

મૂત્રપિંડ અથવા ગુરદા એનો પણ પચનેંદ્રિય સાથે સંબંધ છે. જ્યારે જ્યારે શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્યની ઉત્પત્તિ થાય છે ત્યારે ત્યારે આ ઈંદ્રિયને વિકાર થવાનો સંભવ રહે છે. આ ઇંદ્રિયની સ્થિતિ તેમાંથી ઝરનારા પ્રવાહી પદાર્થ ઉપરથી અને મૂત્ર ઉપરથી સમજાય છે. સંચય જ્યારે પૃષ્ઠ ભાગમાં કિંવા ડાબા અંગમાં થયેલો હોય છે ત્યારે શરીરમાંથી પરશેવો નિકળવાની ક્રિયા કમી પડવાથી મૂત્રપિંડમાં વિકાર થાય છે. આવી સ્થિતિમાં આંખની નીચેની બાજુએ

પાણીથી ભરી હોય એવી નરમ અને નાની ગાંઠો બને છે. આ લક્ષણ જેનામાં હોય તેને મૂત્રપિંડ સંબંધી વિકાર થયો છે એમ નિશ્ચયથી સમજવું.

પચનેંદ્રિઓ વિજાતીય દ્રવ્યથી અતિશય વ્યાપ્ત થએલી હોય છે એટલે જનનેંદ્રિય સંબંધી વિકાર થવાની ( વિશેષ કરી સ્ત્રીઓને ) બીક રહે છે. પરંતુ સામાન્યતઃ સંચય ઘણા દિવસનો અને અતિશય હોવા સિવાય જનનેંદ્રિય સંબંધી વિકાર થતો નથી. આવા પ્રસંગે જનનેંદ્રિયો વિકૃત થાય એવી સૃષ્ટિમાં યોજના હોવી જોઇએ એમ દેખાય છે. કારણ જનનેંદ્રિય વિકૃત થવાથી સંતતિ થવીજ ઘણે ભાગે બંધ થાય છે. જેમના શરીર વિજાતીય દ્રવ્યોથી અત્યન્ત વ્યાપ્ત હોય છે તેમને સંતતિ થાય છે તે રોગીજ હોય છે અને જે અર્થે આવી સંતતિ ઇષ્ટ નથી તે અર્થે તેવી સંતતિ ન થવી એ કુદરતનો નિયમ ઘણો સારો છે.

સ્ત્રીઓને જનનેંદ્રિય સંબંધી વિકાર થવાના બે કારણ છે. એક આંતરડા વિજાતીય દ્રવ્યથી વ્યાપ્ત થવાથી તેનો ભાર ગર્ભાશય ઉપર પડીને ગર્ભાશય તેના મૂળ સ્થાનમાંથી એક બાજુએ ખસી જવાથી ગર્ભાશય ભ્રંશ થાય છે અથવા પ્રત્યક્ષ જનનેંદ્રિયમાં દોષિક દ્રવ્યનો સંચય થાય છે. આ બીજુ કારણ છે. આ બીજો પ્રકાર ફક્ત પૃષ્ઠભાગમાં સંચય હોય છે ત્યારે થાય છે, વાંઝીયાપણું, પ્રસૂતિ સમયે થતું કષ્ટ, ગર્ભાવસ્થામાં અનેક વ્યાધિ થવા ઇત્યાદિ સ્ત્રી વિકારોનાં કારણ પૃષ્ઠસ્થ સંચય હોય છે. તેજ પ્રમાણે પૃષ્ઠસ્થ સંચય કમી જાસ્તી હશે તેના પ્રમાણમાં સ્ત્રીઓના સ્તનમાંથી દૂધ કમી આવે છે કિંવા બિલકુલ બંધ થાય છે. સિવાય પૃષ્ઠસ્થ સંચયથી સંતતિ થવાને અડચણ થાય છે એમ કહેવામાં આવ્યું છે.

શરીરના ઉપરના કિંવા નીચેના ભાગમાં સંચય વધતો હોય વા શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો પરશેવાના રૂપમાં નિકાલ ન થતો હોય તો આગળ સંધીવાત થવાનો સંભવ રહે છે. સંચય જ્યારે ડાબા અંગમાં હોય છે ત્યારે આ સંભવ વધારે રહે છે. કારણ ડાબા ભાગમાં સંચય થયો એટલે શરીરે પરશેવો બરાબર થતો નથી. એટલે સંચય જ્યારે ડાબા અંગમાં થયો હોય ત્યારે આગળ જતાં સંધિવાત ઘણું કરી થવાનોજ એમ સમજવું. પરંતુ નખથી શીખા પર્યંત સર્વ શરીર વિજાતીય દ્રવ્યથી અત્યન્ત વ્યાપ્ત થયા સિવાય સંધિવાયુ થતો નથી એ વાત ધ્યાનમાં રાખવી જોઇએ. તેજ પ્રમાણે શરીર વિજાતીય દ્રવ્યોથી વ્યાપ્ત છતાં પણ હવામાં એકાએક ભીનાશ ઉત્પન્ન થયા સિવાય સન્ધિવાત ઉત્પન્ન થતો નથી. હવામાં ભીનાશથી હાથ પગ વગેરે શરીરના અવયવ સંકુચિત થાય છે અને તેથી કરી તેમાં વિજાતીય દ્રવ્ય દબાઇ જાય છે અને તે પાછળ ખસે છે અને નજીકના સાંધામાં જઇ ભેગા થાય છે. આ કારણથી તે સાંધામાં સણકા ઉત્પન્ન થાય છે. તેથી કરી સંધિવાયુમાં તે સાંધાનાથી ઉપલા ભાગમાં સણકા કદી પણ આવતા નથી. તે ઠેકાણે સાંધાપર સોજો હોય છે અને સણકા આવે છે તે ભાગને વરાળ આપી ત્યાંની ત્વચાનાં રંધ્રો ખુલ્લાં કરી અંદરના ભાગમાં વિજાતીય દ્રવ્યોમાં ચલણ વલણ ઉત્પન્ન કરવામાં આવે એટલે વિજાતીય દ્રવ્યોનો કંઇ અંશ ચામડીનાં છિદ્રો દ્વારા પરશેવા રૂપે નિકળી જાય છે અને સણકા બંધ થાય છે.

સંધિવાયુ થયા છતાં વિજાતીય દ્રવ્યોનો નિકાલ ન કરવામાં આવે તો તે હળવે હળવે સુકાઇ જાય છે અને તેમાં કઠણાશ આવે છે

અને તેના યોગે વાત રક્ત* એ રોગ થાય છે. એટલે સંધિવાયુના યોગ્ય ઉપચાર ન થવાથી તેને આગળ જતા વાતરક્તનું સ્વરૂપ પ્રાપ્ત થાય છે. તેજ પ્રમાણે સંધિવાયુમાં સુકો શેક આપી સંધિવાતના ચસકા બંધ કરવાથી પણ આ રોગ થાય છે. કારણ આવા ઉપાયોથી રોગનું મૂળ કારણ ખરેખરી રીતે નિર્મૂળ થતું નથી પરંતુ તેના ચિન્હ ફક્ત દબાઇ જાય છે. આ કારણ માટે વાતરક્ત એ રોગ સંધિવાયુ કરતાં ઘણો દુઃસાધ્ય છે. સંધિવાયુ પ્રમાણેજ વાતરકતનાં કારણ પણ ડાબા અંગનો સંચય એજ છે. માટે સંચય જ્યારે આવા અંગમાં થયો હોય ત્યારે આગળ જતાં સંધિવાત અને વાતરક્ત એ વિકાર થવાનાજ એવું ભવિષ્ય આપણે વગર હરકતે ભાખી શકીશું. જેના શરીરમાં ડાબા અંગમાં સંચય છતાં પૃષ્ઠ ભાગ વિજાતીયથી વ્યાપ્ત હોય છે અને જેનાં મૂત્રપિંડ વિકૃત થયેલાં હોય છે તેની સ્થિતિ ઘણી ભયંકર હોય છે કારણ જે મૂત્રપિંડના યોગથી શરીરમાં ઘણાજ વિજાતીય દ્રવ્ય બહાર કાઢી નાંખવામાં આવે છે તેજ મૂત્રપિંડ જ્યારે વિકૃત થાય છે ત્યારે શરીરમાંનો સંચય અર્થાત્ ઘણોજ વધતો જાય છે એ સાહસિક છે.

પૃષ્ઠસ્થ સંચય થયો છતાં વધારામાં તેના ઉપર પુરઃસ્થ સંચયનું દબાણ થતા રક્તાશયને પણ ઘણે ભાગે વિકાર થાય છે.

ફેફસા સંબંધી વિકાર એ સર્વ રોગોમાં અત્યન્ત ભયંકર રોગો પૈકીનો છે. જ્યારે વિજાતીય દ્રવ્ય શરીરમાં આજે વિશેષ કરી ફેફસામાં ઘણા દિવસ સંચય થઈ રહેલાં હોય ત્યારેજ આપણા ફેફસામાં વિકાર થયો છે એવું રોગીને માલૂમ પડે છે અને આવી વખતે તે સ્થિતિ ડૉકટરો પણ પરીક્ષા ઉપરથી સમજી શકે છે. પરંતુ આ રૂપ પરીક્ષા

* ગાઉટ (Gout.)

શાસ્ત્ર ઉપરથી આવા પ્રકારના વિકારની પરીક્ષા તે વિકાર આપણને પ્રત્યક્ષ દેખાયા પહેલાં તેની પરીક્ષા આપણે ઘણા દિવસ પહેલાં કરી શકીએ છીએ. આગળ કહેવામાં આવ્યું છે તે ઉપરથી સમજાશે કે સર્વ પેટ અને મસ્તક વિજાતીય દ્રવ્યોથી પહેલાં વ્યાપ્ત થઇ ગયા વગર ફેફસામાં પ્રથમ વિકાર થતો નથી. ઘણે ભાગે એવું બને છે કે શરીરમાં બીજો વિકાર અને ઘણું કરી જ્વરને ઔષધોથી દબાવી દેવામાં આવે એટલે દોષિક દ્રવ્ય ફેફસામાં જાય છે અને તેના યોગથી તેમાં વિકાર થાય છે.

ફેફસામાં જે વિજાતીય દ્રવ્ય ભેગા થાય છે તે ઉંચે ચડી ભેગા થાય છે એટલે જ્યારે ખભા, ગળુ અને મસ્તક એ વિજાતીય દ્રવ્યોથી તદ્દન ખીંચોખીચ ભરાઇ જાય છે ત્યારે તેને વધારે જગ્યો ન મળ-વાથી મસ્તક અને ગળામાં ભેગાં થયેલાં વિજાતીય દ્રવ્ય નીચે ઉતરવા લાગે છે એટલે પ્રથમ તેનો ફેફસાં ઉપર અગ્ર ભાગે ( ટોંચ સાથે ) સંબંધ થાય છે અને તેનો ટોચનો ભાગ સડવાનો આરંભ થાય છે.

જે લોકોને આગળ ક્ષય થાય છે તે લોકો તરૂણપણામાં ઘણે ભાગે ગળાના ભાગમાં લઠ્ઠ જેવાં દેખાય છે. આ લોકોની આવી અવસ્થામાં પેટમાં સંચય થયેલાં વિજાતીય દ્રવ્યનો થરનો થર અને તેની ( દ્રવ્યની ) ઉપર જવાની પ્રવૃત્તિ એ આ બાબતનું સૂક્ષ્મ અવ-લોકન કરનારને જણાય છે. આવા લોકોના ચેહરા લાલ અને ચક-ચકતા દેખાય છે અને તેમના ચહેરા ઉપર થોડે થોડે ચોકોની આકાર થતો જાય છે. અને થોડે થોડે તેમનું મુખ ઘણે ભાગે નિદ્રામાં શ્વાસોશ્વાસ માટે ઉઘાડુ રહેવા લાગે છે. પ્રથમ તો આ વાત સહેજ રીતે દેખાતી નથી. પરંતુ આગળ જતાં નીચેના અને ઉપરના ઓઠની વચમાં અંતર વધતો જાય છે અને મુખ ઘણું ઉઘાડું રહેતું દેખાય

છે. પછી નાકમાં અંદરના ભાગમાં સોજો અને દાહ ઉત્પન્ન થાય છે. અને પછી નાસા દાહ ( નાકનો દાહ ) અને શ્વાસ નલિકા દાહ ( શ્વાસ નળીમાં દાહ ) એ વિકાર થાય છે. વિકાર જ્યારે ઘણોજ વધે છે ત્યારે નાકની અંદરની બાજુ પણ કાળી પડે છે. જ્યાં સુધી શરીર હૃષ્ટ પુષ્ટ હોય છે ત્યાં સુધી નાક પણ સારૂ ફુલેલું દેખાય છે. પરંતુ આગળ જતાં તે ઉતરોતર નાનું થવા લાગે છે. આવી સ્થિતિ થાય છે ત્યારે રોગ ઘણોજ વિકાસ પામેલો હોય છે. વિજાતીય દ્રવ્ય જ્યારે મસ્તક સુધી જતાં નથી ત્યારે તે ગળા આગળજ ભેગાં થઈ રહે છે અને ગળું મોટું દેખાય છે અને ખભા નીચે ગયાં હોય એવાં દેખાય છે.

માટે અમે એવા નિર્ણય ઉપર આવીએ છીએ કે જે માણસનું શરીર પ્રથમ પુષ્કળ વાયુવાળુ હોય છે અથવા જેમનું શરીર ફુલેલું દેખાય છે અને જેના શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્યની પ્રવૃત્તિ ઉપરની બાજુએ હોય છે તે માણસોને આગળ જતાં ફેફસાં સંબંધી વિકાર થાય છે. જેમની અવસ્થા ઉપર લખ્યા પ્રમાણે હોય તેમણે વેળાસર ઉપાય કરવો એ ઘણું ઉત્તમ છે. જે છોકરાની ડોક નાનપણમાં ઘણી મોટી હોય છે અને જે છોકરાને નાનપણમાંથી કંઠમાળ હોય છે તેને આગળ જતા ક્ષય થવાનો સંભવ રહે છે એમ સમજવું. આ ક્ષયનું બીજ માબાપો તરફથી જન્મ સાથે પ્રાપ્ત થાય છે કિંવા નાનપણમાં યોગ્ય ખાનપાન ન મળવાથી શરીરમાં ઉત્પન્ન થાય છે. બાળકોને નાનપણમાં કોઇ કોઈ વખતે એવા ઔષધો આપવામાં આવે છે કે તેથી પણ બાળકના શરીરમાં આવા બીજની ઉત્પત્તિ થાય છે.

શરીરમાં એકાદ વિકાર ઉત્પન્ન કરીને શરીરમાંથી દોષિક દ્રવ્ય બહાર કાઢી નાંખવાનો પ્રયત્ન આપણા શરીર તરફથી ઘણે ભાગે

હમેશા ચાલુ રહે છે. સળેખમ, ઉધરસ એ વાસ્તવિક આ પૈકીનોજ પ્રકાર છે તથાપિ આ વિકાર વારંવાર થવા લાગે અથવા થયા પછી ઘણા વખત સુધી ટકી રહે તો આગળ ક્ષય થવાનો ભય છે એમ સમજવું. શરીરમાંથી દોષિક દ્રવ્ય કાઢી નાખવાનો પ્રયત્ન આપણી પ્રકૃતિ તરફથી નાનપણમાં જેવો થાય છે તેવો મોટા થયા પછી થતો નથી. જ્યારે સંચય આગલા ભાગમાં થયેલો હોય છે ત્યારે આ પ્રયત્ન પુષ્કળ વર્ષ સુધી ઘણો સિદ્ધિ પામે છે. તેથી જેમના આગલા ભાગમાં સંચય થયો હોય એવો તેમને ક્ષય થયા છતાં પણ ઘણા વર્ષ સુધી જીવે છે. પરંતુ જ્યારે સંચય બાજુએ અને ઘણું કરી પૃષ્ઠ ભાગમાં થાય છે ત્યારે પ્રકૃતિનું બળ દિવસે દિવસે કમી થતું હોવાથી ઉપર કહેલા પ્રકારનો પ્રયત્ન પ્રકૃતિ તરફથી ઘણું કરી થતો નથી અને થાય છે તો પણ તેને કવચિતજ યશ મળે છે. આવી વખતે શરીરમાંથી દોષિક દ્રવ્ય કાઢી નાંખવા માટે દ્વાર તૈયાર કરવા માટે ગાંઠો ( ગળવે ) વ્રણ, પીઠ અને છાતી ઉપર ફોલ્લા થાય છે. આવા પ્રકારના વિકાર ઔષધોથી દબાવી ન દેતાં તેના ઉપર જો યોગ્ય ઉપાય કરવામાં આવે તો દ્વારમાંથી પરૂના રૂપથી દોષિક દ્રવ્ય વહી જઈ સુધરતી જશે પરંતુ જેની પ્રકૃતિમાં બળ કમી હોય તેના શરીરમાંથી વિજાતીય દ્રવ્યનો આ રીતે નિકાલ થતો નથી તેમનાં ફેફસાં આદિ ઇંદ્રિયોમાં ગાંઠો થાય છે. ક્ષયમાં ફેફસામાં આવી ગાંઠો બને છે તેનું કારણ એજ હોય છે. આ ફેફસાંમાંની ગાંઠો એટલે ન પાકેલી એવી ગળવેચ હોય છે. જેમની પ્રકૃતિમાં બળ, તદ્દન કમી થઈ ગયું હોય તેવાનેજ આ વિકાર થાય છે.

આવી ગાંઠોથી ત્રાસ જણાતો નથી એટલે તે કેટલી હાનિકારક છે એ આપણા સમજવામાં આવતું નથી. આ વિકારથી આપણી

સર્વ શારીરિક વા માનસિક શક્તિ ક્ષીણ થવા લાગે છે અને આ વાત આપણા સમજવામાં પણ આવે છે પરંતુ તેનાથી આપણને કંઈ શારીરિક પીડા ભોગવવી પડતી નથી તેથી આપણું મૃત્યુ પાસે આવતું જાય છે એ આપણા સમજવામાં આવતું નથી.

સર્વ પ્રકારના ફોલ્લા અને સોજો એનું કારણ ઉપર કહી ગયા પ્રમાણે હોય છે. પછી તે વિકાર મૂળ વ્યાધિના મસા, વ્રણ કિંવા ગાંઠો ઇત્યાદિ ગમે તે રૂપે હોય. પ્લેગની ગાંઠોનું કારણ પણ તેજ છે.

પ્લેગ થયો છતાં જે ગાંઠો થાય છે તે પ્લેગનું વિષ શરીરમાંથી કાઢી નાંખવા માટે આપણી પ્રકૃતિએ કરેલું દ્વારજ કહેવાય. પ્લેગના વિષથી શરીરમાં શક્તિ એટલી ક્ષીણ થઇ જાય છે કે હંમેશના માર્ગથી ( મળ દ્વારથી ) શરીરમાંથી વિષ બહાર કાઢી નાંખવા અશક્ય થાય છે કારણ તે વિષનો નિકાલ કરવાને ( પ્લેગની ) ગોલી રૂપી દ્વાર પ્રકૃતિને ઉત્પન્ન કરવું પડે છે.

રક્તપિત્ત થયાં પહેલાં પણ શરીરના અગ્રાવયવના ( છેડાના ) ભાગમાં ગાંઠો થાય છે. શરીરના જે ભાગ ઉપર ચામડીમાંથી પરશેવો છુટતો નથી તે ભાગમાં આ ગાંઠો પ્રથમ થાય છે.

આવા પ્રકારની ગાંઠો શરીરમાં થવી એ પ્રકૃતિમાં ઘણો બિગાડ થવાનો અને બળ કમી થતુ જવાનું લક્ષણ છે એટલે ગાંઠો કિંવા વ્રણ રૂપી દ્વાર ઉત્પન્ન કરીને શરીરમાં દોષિક દ્રવ્ય કાઢી નાંખવાનું સાર્મથ્ય જ્યારે શરીરમાં રહેતું નથી ત્યારે આ પ્રકારની ગાંઠો થાય છે.

જ્યારે પૃષ્ઠસ્થ સંચય અતિશય વધેલો હોય છે ત્યારે આવા પ્રકારના લક્ષણો ( ઉપર કહેલા પ્રકારની ગાંઠો ) ઘણે ભાગે થાય છે. પરંતુ જ્યારે સંચય ફક્ત આગલા ભાગમાં થયેલો દેખાય છે

ત્યારે શરીરમાંની તાકાત ઘણી કમી ન થવાથી આ લક્ષણો ઘણું ફરી હોતા નથી.

જળોપચારથી પ્રકૃતિનું બળ વધ્યું કે આ ગાંઠો પાકી જઇ તેના વ્રણ થાય છે અને તેમાંથી સર્વ દોષિત દ્રવ્ય વહી જઇને પ્રકૃતિ સુધરવા લાગે છે.

એક માણસની આંખમાં કાંઇ વિકાર થવાથી તેની દૃષ્ટિ બંધ થવાની તૈયારીમાં હતી. તેના માથામાં કેટલીક ગાંઠો થઇ હતી અને તે દિવસે દિવસે વધવા લાગી હતી. તેણે કુન્હેના ચિકિત્સાલયમાં જલોપચાર કરવાની શરૂઆત કર્યા પછી તેના બન્ને ગાલો ઉપર મોટી મોટી ગાંઠો થઇ અને તેમાંથી પુષ્કળ પરૂ વહી ગયું. ત્યાર પછી લાગલુજ તેની આંખોની સ્થિતિમાં ફરક પડવા લાગ્યો અને થોડા દિવસમાં તેને સારૂ દેખાવા લાગ્યું.

એક ૨૦ વરસના માણસના હાથ ઉપર અને મોઢા ઉપર ઘણા મસા થયેલા હતા અને આગળ જતા એક વાર ઉનાળામાં કંઇ નિમિત્તે તેને ઘણી વખત ઉઘાડી હવામાં ચાલવા અને ફરવાનું કારણ પડ્યું હતું તેથી કાંઇ ઔષધ ન લેતાં છતાં પણ ઉઘાડી હવામાં ચાલવા ફરવાથી રોગનો પૂર્ણ પ્રતિકાર કરવાનું સામર્થ્ય તેની પ્રકૃતિમાં આવ્યું. તેના એક હાથ ઉપર મોટી ગાંઠ થઇ અને તેમાંથી કેટલાક અઠવાડીઆ સુધી પરૂ વહ્યું. આગળ જતાં તે ગૃહસ્થના હાથ ઉપર અને મુખ ઉપરના મસા એની મેળે મટી ગયાં. આ પ્રમાણે ખુલ્લી હવામાં ચાલવા અને ફરવાથી એ ગૃહસ્થની પ્રકૃતિમાં બળ વધવાથી તેની પ્રકૃતિ તરફથીજ તેનો વિકાર નાશ પામ્યો.

૬૫ ક્ષય પ્રમાણેજ મહારોગ ( રક્તપિત્ત ) ઉષ્ણ કટિબંધના દેશોમાં ઘણો થાય છે. આ રોગ પણ વિજાતીય દ્રવ્યો શરીરમાં અત્ય-

ન્ત વ્યાપ્ત થવાથી થાય છે. કોઈ કોઇ વખતે તાવ અને ગરમીને ઔષધોથી દબાવી દીધાથી પણ આ રોગ થાય છે. ગરમી ઉપર પારાના ઔષધો આપવાથી પ્રકૃતિમાં રોગનો પ્રતિકાર કરવાનો ધર્મ કમી થાય છે અને તેથી આવી સ્થિતિમાં ઉપાયથી શરીર ઉપર યોગ્ય પરિણામ થતો નથી અર્થાત્ પૂર્ણ ગુણ પણ આવતો નથી.

આગળ કહી ગયા છીએ કે બીજા પુષ્કળ રોગો પ્રમાણે મહારોગ ( રક્તપિત્ત ) એ પણ તાવની જાતનોજ રોગ છે. મહારોગ થયો છતાં શરીરમાં દોષિક દ્રવ્યની ગાંઠોને વેરી નાંખી શરીર બહાર કાઢી નાંખવાનો પ્રયત્ન પ્રકૃતિ તરફથી ચાલતો હોય છે. આ વખતે દોષિક દ્રવ્ય કાઢી નાંખવા માટે ગળુ કિંવા વિદ્રધીરૂપી દ્વાર પ્રકૃતિથી ઉત્પન્ન કરી શકાય એટલે દોષિક દ્રવ્યની ગાંઠો વેરી નાંખી તે દ્વારથી નિકળી જાય છે અને મહારોગીને જે ચામડી પહેલાં શુષ્ક, રક્તવર્ણ અને તગતગતી દેખાતી હોય છે તે નરમ પડે છે. અને તેમાંના સૂક્ષ્મ રંધ્રો ખુલ્લા થાય છે જ્યારે વ્રણ ઉત્પન્ન કરવાનું સામર્થ્ય પ્રકૃતિમાં હોતું નથી ત્યારે શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્યની ગાંઠો મોટી મોટી થવા માંડે છે અને છેવટે તે સુકાઇ જાય છે કિંવા તેમાંથી હાડમાં વ્રણ પડીને હાડકાં સળવા માંડે છે.

આવા મહારોગથી કેટલાક લોકોના સર્વ અવયવ સાબિત હોય છે પરંતુ કેટલાંકના હાથ પગ સડતા હોય છે. કેટલાક તો અસ્થિ પિંજર થઇ જાય છે. આવા લોકોની સારા થવાની આશા રહેતી નથી કારણ કે જ્યાં સુધી શરીર સડવાનો આરંભ થયો ન હોય અથવા દોષિક દ્રવ્ય સુકાઇ ગયા ન હોય ત્યાં સુધી મહારોગ સારો થવાનો સંભવ હોય છે.

મહારોગ એ અસાધ્ય છે એવું ડૉક્ટર લોકો માને છે પરંતુ એ

તેમના અજ્ઞાનપણાનો પરિણામ છે. આ રોગ કૃત્રિમ ઉપાયથી દાબી દેઇ બહારથી તે ન દેખાય તેવું કરવાનું પણ સામર્થ્ય ડૉક્ટરમાં હોતું નથી. કારણ એ રોગમાં સર્વ શરીર વિજાતીય દ્રવ્યથી વ્યાપ્ત થયેલું હોય છે અને એક ભાગમાંના વિજાતીય દ્રવ્યને બીજા ભાગમાં જવાને મૂળમાંજ સવડ હોતી નથી તેથી ઔષધથી શરીરમાંના વિજાતીય દ્રવ્યને એક ભાગમાંથી બીજા ભાગમાં ઘાલી દેઇ રોગ બહારથી ન દેખાય તેવો કરવાની પણ હાથ ચાલાકી આ રોગમાં ડૉક્ટરોની ચાલી શકતી નથી. હવે આ રોગ સાંસર્ગિક છે અને દુઃસાધ્ય છે. તેથી એક રોગીના સાનિધ્યથી બીજા રોગીને રોગ ન થાય માટે ડૉક્ટર લોકો મહારોગીને તેના મૂળ માણસો પાસેથી ખસેડી ગામ બહાર લેઈ જઈ રાખે છે ખરા, પરંતુ આ રોગનો પ્રસાર થવાનો છે તે થાય છેજ અને આ રોગ થવાના ભાવીનું ભવિષ્ય ડૉક્ટરોથી આલેખી શકાતું નથી. અમુક જંતુ આ રોગના કારણ છે એવું ડાક્ટર લોકો કહે છે પરંતુ શરીર વિજાતીય દ્રવ્યથી શીખા પર્યન્ત વ્યાપ્ત થાય છે ત્યારેજ આ રોગ થાય છે આ વાતનો વિચાર તે મૂળમાંજ કરતા નથી.

જે મનુષ્યને રૂપ પરીક્ષા શાસ્ત્રનું જરા પણ જ્ઞાન હોય તેને આગળ થનારા મહારોગના લક્ષણ તરતજ સમજાઇ જાય છે. કારણ તેને માલૂમ હોય છે કે નખથી શીખા પર્યન્ત સર્વાંગ વિજાતીય દ્રવ્યથી વ્યાપ્ત થયા પછી આગળ મહારોગ થવાનો સંભવ હોય છે. આ પ્રમાણે આ શાસ્ત્રના યોગથી ભાવી સંકટ જાણવામાં આવે એટલે રોગીને વખતસર ઇસારો આપવાથી આગળ જતાં સંકટ ટાળવાના ઉપાય તે લેઇ શકે.

કુન્હેના ઉપાય સતત્ કરવાથી પુષ્કળ મહારોગી કાળના જડબામાંથી છુટવાનો સંભવ છે.

# રોગનિવારણ

અથવા

## શરીરમાંથી રોગ ( વિજાતીય દ્રવ્ય ) નો નાશ.

કોઇ પણ વિકાર સારો કરવાનો યોગ્ય માર્ગ કહીએ તો જે કારણોના યોગથી તે વિકાર થયો હોય તે કારણો એટલે વિજાતીય દ્રવ્યના સંચય દૂર કરવા એજ છે, એ કોઇ પણ વિચારવાન મનુષ્યને સયુકિત લાગશે. શરીરમાં દોષિક દ્રવ્ય એક ભાગમાંથી બીજા ભાગમાં ધકેલવાં, તેને એકાદ ઠેકાણે દબાવી રાખવાં, અથવા તેને સુકવી નાખવાં ઇત્યાદિ પ્રકાર ખરેખરો રોગ સારો કરવાનો માર્ગ નથી; પણ ફક્ત રોગનાં બાહ્ય લક્ષણોને દબાવવાનો માર્ગ છે.

હાલની વૈદ્યક પ્રવૃતિ ઉપર કહેલા પ્રકારો પૈકી પહેલા પ્રકારની છે. માટે તેનું અનુસરણ વાજબી નથી. રોગોનાં કારણોનો સમૂળ ઉચ્છેદ કરીને પ્રકૃતિ નીરોગી કરવાની જેની ઇચ્છા હોય તેણે કુહનેના " નવીન ચિકિત્સાશાસ્ત્ર " એ ગ્રન્થમાં કહેલા ઉપાયોનું અવલંબન કરવું.

લોકોએ આ વાત ખાસ કરી ધ્યાનમાં રાખવી જોઇએ કે શરીરમાંથી દોષિક દ્રવ્યનો નિકાલ થયા સિવાય પૂર્ણપણે આરોગ્ય પ્રાપ્ત થવા સંભવ નથી. કારણ કે આરોગ્ય કિંવા રોગમુક્તતા એની વ્યાખ્યાજ કહીએ તો " શરીરનું વિજાતીય દ્રવ્યથી રહિત હોવું " એવી છે. હવે એ ખરૂં છે કે સાધારણ રીતે શરીરમાંથી સંચય પૂર્ણપણે દૂર થતા પહેલાંજ રોગ સારો થયો એવું લાગે છે. તોપણ શરીરમાંથી સંચય જ્યારે થોડો થોડો ઓછો થવા લાગે છે ત્યારેજ ખરો ગુણ માલૂમ પડવાનો આરંભ થાય છે, આ વાત ધ્યાનમાં રાખવી જોઇએ.

આ રૂપ પરીક્ષાશાસ્ત્રનો એવો એક ફાયદો છે કે, જલોપચાર શરૂ કર્યા બરાબર ગુણ માલૂમ પડવા લાગ્યો હોય તો પણ ગુણ પૂર્ણ થયો છે કિંવા પ્રકૃતિમાં ફક્ત થોડીજ સુધારણા થઇ છે એ શાસ્ત્રથી આપણને નિશ્ચિતપણે સમજાય છે.

એક સ્ત્રીના શરીરના-આગલા ભાગમાં અને બેઉ બાજુમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય થયો હતો. તેની ગર્દન ઉપરની ગાંઠ દૂર કરવા માટે તેણે ૧૦ વર્ષ સુધી સર્વ પ્રકારના ઉપાય કર્યા, પણ કાંઇ ફાયદો થયો નહિ. આખરે તેણે કુહનેના ઉપાય કરવાનો નિશ્ચય કર્યો એ ઉપાય કરતાં અઢી વર્ષમાં ગળા ઉપરની ગાંઠો ઓગળી જઇ પ્રકૃતિ તદ્દન નીરોગી થઈ. કુહનેના ઉપાયોથી આ બાઇનું ગળાનું દરદ મટી ગયું એટલુંજ નહિ પણ તેના અંગમાંથી ઇતર વિકારો પણ દૂર થઈ ગયા. તેના ચહેરા ઉપરની પૂર્વેની ખિન્ન અને ઉદાસીન મુદ્રા દૂર થઈ જે તેના ગાલ પહેલાં બેસી ગયેલા હતા તે હવે ભરાયેલા દેખાવા લાગ્યા. પહેલાં મુખ ઉઘાડું રહેતું હતું તે બંધ રહેવા લાગ્યું અને ગર્દન ગોળ અને સાફ થઇ. તેજ પ્રમાણે તેના ચહેરામાં પહેલાં જે ફિક્કાશ દેખાતી હતી તે દૂર થઇ તેમાં તેજી આવી. પહેલાં અન્નપચન બરાબર થતું નહોતું. પરન્તુ હવે તે અતિ ઉત્તમ થવા લાગ્યું. એકંદરે તેના સ્વરૂપમાં પણ સુધારો થયો અને પહેલાં તેને જીવનનો જે કંટાળો આવ્યો હતો તે દૂર થઇ તેની વૃતિ આનંદી થઈ.

એ પ્રમાણે કુન્હેના ઉપાયો વડે કંઠમાલ વગેરે જે વિકારો માટે આ સ્ત્રીએ ઉપચાર શરૂ કર્યા હતા તેજ વિકાર કેવળ દૂર ન થયા પરંતુ બીજા સર્વ વિકાર પણ દૂર થઇ ગયા. એ તો સ્પષ્ટજ છે કે સર્વ વિકારોનું મૂળ કારણ જે વિજાતીય દ્રવ્ય તેનેજ કુન્હેના ઉપાયો વડે જ્યારે શરીરમાંથી નિકાલ થાય છે એટલે એ કારણ શરીરમાંથી

નિકળી જતાં સર્વ વિકાર ખરેખરજ દૂર થવા જોઇએ.

કુહનેના ઉપાયેાથી જેની પ્રકૃતિમાં વિલક્ષણ ફરક પડયેા હતેા એવા એક ગૃહસ્થનું પેાતાની પ્રકૃતિ સંબંધી અને કુન્હેના ઉપચારેા સંબંધી શું કહેવું છે તે આગળ છાપેલા એમના પત્ર ઉપરથી સમજાશે. એ ગૃહસ્થના સર્વ અંગમાં મળસંચય થયેા હતેા અને તેના મજ્જાતંતુ ઘણાજ અશક્ત થયા હતા તેથી તેની પ્રકૃતિ એટલી બધી ખરાબ થઇ ગઇ હતી કે કઇ વખતે તેને એકાદ તીવ્ર રેાગ થશે તે માટે બિલકુલ ન કહી શકાય તેમ હતું. તેના શરીરમાંથી મળસંચય કુહનેના ઉપચારેાથી ઘણેાજ એાછેા થઇ જઇ તેની કૃશતા થેાડાજ દિવસેામાં મટી શરીર પુષ્ટ થયું. એટલે પહેલાં જે શરીરમાં મેદ અને થેાથર દેખાતી હતી તે દૂર થઇ ત્યાં ખરૂં માંસ આવ્યું.

આ ગૃહસ્થે કુહનેના ઉપાય શરૂ કર્યા પહેલાં કુહનેની સમ્મતિ લીધી નહેાતી; પણ ફક્ત કુહનેના નવીન ચિકિત્સાશાસ્ત્ર નામનેા ગ્રન્થ વાંચી પેાતાની મેળેજ તેણે ઉપચાર શરૂ કર્યા હતા. કુહને કહે છે કે " આ ગૃહસ્થે મારા ઉપચારેાની જે યેાજના કરી હતી તે તેની વયના પ્રમાણમાં બહુ કઠિણ હતી, પરન્તુ સારા ભાગ્યે તેની પ્રકૃતિને તે માફક આવી હતી. "

## સદરહુ ગૃહસ્થે કુહનેને મેાકલેલેા પત્ર.

મે. કુહને સાહેબ !

મેં જુદી જુદી વખતે લીધેલા મારા બે ફેાટેા તેમાં કંઇ પણ ફેરફાર ન કરતાં જેવા ને તેવાજ આપના તરફ મેાકલું છું. આ પૈકી પહેલેા ફેાટેા મેં ડૅાકટર કે. એમના આરેાગ્ય ગૃહમાં કેટલાક દિવસ સુધી ઔષધેાપચાર કર્યા પછી અને " તમે હવે બિલકુલ સારા થઇ ગયા છેા ! " એવું ડૅાકટરેાનું કહેવું થતાંજ તરતજ લીધેલેા છે. હવે

હું એવું પુછું છું કે " આ મારો ફોટો જોઇને, ફક્ત ગાંડા સિવાય બીજો કોઇ પણ શખ્સ, આ ફોટો નીરોગી માણુસનો છે એમ કહેશે શું ?......અસ્તુ. પછી મેં ૩½ વર્ષ સુધી આપના ઉપચાર અને આપની પદ્ધતિ પ્રમાણે આહાર કર્યા પછી મારી પ્રકૃતિ સુધરી. એ પ્રમાણે પ્રકૃતિ સુધર્યા પછી મેં મ્હારો બીજો ફોટો પડાવ્યો. આ બે ફોટા ઉપરથી મ્હારી સ્થિતિમાં પડેલો જે અંતર દેખાઇ આવે છે તે વાસ્તવમાં એટલો વિલક્ષણ છે કે તે કોઇને ખરો લાગશે નહિ. આ ફોટાને તમારી ઇચ્છા હોય તો પોતાના પુસ્તકમાં ખુશીથી પ્રસિદ્ધ કરશો.

મ્હારી સ્થિતિમાં કેટલો અંતર પડયો તે જેટલો ફોટા ઉપરથી દેખાઇ આવે છે તે વિષે હું અધિક લખતો નથી. તોપણ મ્હારે એ-ટલું તો કહેવું જોઇએ કે પહેલાં મને જે ટાલ પડી હતી તે સઘળી દૂર થઇ હવે સર્વ ઠેકાણે કેશ આવી ગયા છે. આ ૩½ વર્ષમાં મ્હારા શરીરમાં એટલો ફેરફાર થયો છે કે પગથી તે માથા સુધી સર્વ પોશાક પાંચ વખત બદલવો પડયો હતો અને સર્વની આખરમાં આશ્ચર્યકારક વાત એ છે કે મને ૫૫ મા વર્ષે છેક પાછળની બાજુએ એક દાઢ આવી છે.

*　　　*　　　*　　　*

આપના ચિકિત્સાશાસ્ત્રની સહાયથી મને જે આરોગ્ય પ્રાપ્ત થયું છે તે માટે હું આપનો અંતકરણથી આભાર માની આ પત્ર સમાપ્ત કરૂં છું.

આપનો

N.

# વીર્યવર્ધન

અથવા

## રેાગીના અંગમાં શક્તિ કેવી રીતે વધારવી તેના વિષે વિચાર.

રેાગથી મુક્ત થઇને આરેાગ્ય પ્રાપ્તિ માટે જે શક્તિની પ્રકૃતિને જરૂર છે, તે શક્તિ આપણને મેળવવાની છે, માટે તે જે યેાગથી પ્રાપ્ત થાય એવી પ્રત્યેક વાતનેા આપણે ઉપયેાગ કરવેા જોઇએ. શરીરમાંથી રેાગજનક દ્રવ્ય કાઢી નાખવાનું જે જે ચિકિત્સા પદ્ધતિમાં મુખ્ય છે, તે તે પદ્ધતિમાં રેાગેાની પ્રકૃતિમાં શક્તિની અપેક્ષા હેાય છેજ. અર્થાત્ કુહનેની પદ્ધતિમાં એજ નિયમ લાગુ છે. જ્યારે શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્યની ગાંઠેા થયેલી જણાય છે ત્યારે આપણે સમજવું કે, તે મનુષ્યની પ્રકૃતિમાં શકિત એાછી થઈ હેાય છે. કારણ ફક્ત વિજાતીય દ્રવ્યમાંજ દૃઢતા આવી ગાંઠેા બનતી નથી. માટે એકાદ રેાગની ચિકિત્સા કરતી વખતે ધ્યાનમાં રાખવાની મુખ્ય વાત એ છે કે રેાગીની શકિત જેથી કરી વધતી જાય એવા સઘળા ઉપાયેાનું આપણે અવલંબન કરવું જોઇએ. અને જે યેાગથી પ્રકૃતિમાં ક્ષીણતા આવે એવી સર્વ વાતેાનેા ત્યાગ કરવેા જોઇએ.

આપણા શરીરમાં શકિત ઉત્પન્ન કરવાનાં કિંવા તેને ટકાવી રાખવાનાં મુખ્ય સાધનેા અન્ન, હવા અને પાણી એ છે. આ પૈકી અન્ન એ સર્વમાં મહત્વનું સાધન છે. માટે શરીર પેાષણ ઉત્તમ પ્રકારે થવામાં આહાર કેવા પ્રકારનેા હેાવેા જોઇએ એ સંબંધી આપણે ખૂબ વિચાર કરવેા જોઇએ.

આ વિષેનું પૂર્ણ વિવેચન કરવા માટે આપણે આગળના ચાર પ્રશ્નેાનું ઉત્તર આપવું જોઇએ. તે પ્રશ્નેા આ પ્રમાણે છેઃ—

૧ અન્નનું પચન કેવી રીતે થવું જોઇએ ?
૨ અન્ન કેવા પ્રકારનું હેાવું જોઇએ ?
૩ ભેાજન માટે સ્થળ કેવું હેાવું જોઇએ ?
૪ ભેાજન માટે ઉત્તમ વખત કયેા ?

## અન્નનું પચન કેવી રીતે થવું જોઇએ ?

શરીરમાં રેાજની પડતી ખેાટ પુરી કરવા માટે અને શરીરના વ્યાપાર માટે ખર્ચાતી શક્તિ ઉત્પન્ન કરવાને જે દ્રવ્યેાની શરીરને જરૂર છે તે સર્વ દ્રવ્ય આપણા ખાધેલા અન્નમાંથી પ્રથક કરી લેવાનેા પ્રયત્ન આપણી પ્રકૃતિ કરે છે. આવા પ્રકારનાં દ્રવ્યેા આપણી પચનેંદ્રિયેા અન્નમાંથી શેાષી લે છે અને એ દ્રવ્યેાથી પછી રક્ત, માંસ આદિ સપ્તધાતુની ઉત્પત્તિ થાય છે. હવે અન્નનું પૂર્ણ પચન થતા પહેલાં તેમાં ભિન્ન ભિન્ન સમયે કયાં કયાં રૂપાન્તરેા થાય છે તે વિષે વિચાર કરવાનું હમણા કાંઈ કારણ નથી. આ અન્નપચનની ક્રિયા પેટમાં અન્ન હેાય છે ત્યાં સુધી એક સરખી ચાલુ હેાય છે પ્રથમ જ્યારે આપણે અન્ન મેાઢામાં મુકીને ચાવીએ છીએ ત્યારથીજ પચનક્રિયાની પૂર્વ અવસ્થાની શરૂઆત થાય છે. અને અન્નનેા અવશિષ્ટ અને નિરૂપયેાગી ભાગ જ્યારે મળ–રૂપે બાહેર નિકળે છે ત્યારે આ ક્રિયાનેા એક ભાગ પૂર્ણ થાય છે. આ અન્નના જે ભાગ પચનેંદ્રિયેાથી શેાષાઇ જાય છે તે ( અન્નરસ ) પછી રક્તવાહિની, ફેફસા અને યકૃત ઈત્યાદિ ઇંદ્રિયેામાં જાય છે અને ત્યાં તેનેા પૂર્ણપાક થઇને તેમાંનેા અવશિષ્ટ ભાગ ત્વચા અને મૂત્રપિંડ માર્ગે પરસેવા અને મૂત્રરૂપે બહાર પડે છે. અન્નપચનની આ સર્વ ક્રિયા યથાયેાગ્ય રીતે શરીરથીજ થવી જોઇએ. તે ઇંદ્રિયેાથી યેાગ્ય પ્રકારે થતી નથી તેા શરીરમાંથી એકાદ ઇંદ્રિયનેાજ ઉપચાર કરવેા એ કદીપણ વ્યાજબી

થશે નહિ. જ્યારે એકાદ ઇંદ્રિયને વિકાર થાય છે, ત્યારે તે વિકાર તે ઇંદ્રિયજ પુરતો થયો છે એવું ન સમજતાં તે સર્વ પ્રકૃતિ વિકૃત થયાનું દર્શક ચિન્હ છે એવું આપણે સમજવું જોઇએ. તેજ પ્રમાણે જ્યારે પચનેંદ્રિયો વિકૃત થાય છે ત્યારે સર્વ શરીર વિકૃત થયું છે એમ જાણવું.

શરીર પોષણમાં કામ આવનાર સર્વ દ્રવ્ય આપણી પચનેંદ્રિયો પચન ક્રિયાના યોગથી અન્નમાંથી શોષી લે છે. એ પચનેંદ્રિયો એટલે ઔષધોનો અર્ક ખેંચવાનું વૈદ્યોનું નલિકાયંત્ર છે. પચનેંદ્રિયો પાસે જે ક્રિયા થવી જોઇએ તે તેની પાસે નહીં કરાવતાં ઔષધ વગેરેના યોગથી અંશતઃ કરાવવી એ ભૂલ ભરેલો માર્ગ છે. કારણ તે યોગથી ઇંદ્રિયને આવશ્યક વ્યાપાર થતો નથી ને તે અશક્ત થાય છે. સિવાય આ વાત ધ્યાનમાં રાખવી જોઇએ કે કૃત્રિમ રીતે અન્નનું અંશતઃ કિંવા પૂર્ણપણે પાચન કરવાની ક્રિયા મનુષ્ય જાતને અત્યાર સુધી અનુકૂલ નથી અને પછી પણ અનુકૂલ થવાનો સંભવ નથી.

જ્યારે કોઇ મનુષ્યની પચનશક્તિ બગડેલી હોય છે ત્યારે તે જે યોગથી સુધરે તેવા ઉપાયોનું અવલંબન આપણે કરવું જોઇએ. એવા વખતે તે મનુષ્યને જેટલું અન્ન સહજ પચી શકે તે કરતાં અધિક અન્ન તેને ખાવા ન દેવા ઉપર આપણે ખબરદારી રાખવી જોઇએ. તેમજ અન્નપચન સારી પેઠે થવા લાગશે કે તરતજ અંગમાં શક્તિ આવશે અને તેની સાથેજ પ્રકૃતિમાં બળ પણ વધશે.

હવે અન્નપચન થવા માટે જે અન્ય વાતની જરૂર છે તેનો વિચાર કરીએ.

## અન્ન કેવા પ્રકારનું હોવું જોઇએ ?

" નવીન ચિકિત્સાશાસ્ત્ર " નામના ગ્રન્થમાં આ વિષયનું પૂર્ણ

વિવેચન કરેલું છે. તો પણ તેમાંથી થોડા મહત્વના મુદ્દા અત્રે આપવા ઉચિત જાણી તે આગળ આપ્યા છે.

જે આહાર કુદરતે મનુષ્યો માટે યોજેલો છે તેજ આહાર આપણે કરવો જોઇએ. એના વિરૂદ્ધ જે આહાર હોય તેને આપણે બિલકુલ વર્જ્ય સમજવો જોઇએ. માંસાહાર એ મનુષ્યની પ્રકૃતિ વિરૂદ્ધ છે એ નવીન ચિકિત્સાશાસ્ત્ર નામના ગ્રન્થમાં પૂર્ણ રીતે સિદ્ધ કર્યું છે માટે આરોગ્યેચ્છુક લોકોએ માંસાહાર વર્જ કરવો.

આપણને ચાવવા માટે દાંત આપેલા છે તેથી આપણો આહાર મુખ્ય કરી કઠણ પદાર્થોનોજ હોવો જોઇએ એવો સૃષ્ટિકર્ત્તાનો હેતુ જણાય છે. ઘણું કરીને જેનો અગ્નિ મંદ છે તેણે પ્રવાહી પદાર્થો ખાવા ન જોઇએ. તો પણ કેટલાક લોકોના કહેવા પ્રમાણે ખાવાના સર્વ પદાર્થ બિલકુલ શુષ્ક ( જેમાં પાણીનો અંશ તદ્દન ન હોય—કોરા ) હોવાં એ પણ સારૂ નથી. જેને અગ્નિમાંધ છે એવા લોકોને પ્રવાહી અન્ન પચતું નથી. માટે એવા લોકોએ દૂધ, ચા, કોફી, કોકો, સૂપ, દારૂ ઇત્યાદિ પ્રવાહી પદાર્થ, પોતાને જલ્દીથી પચે છે એમ સમજી લેવું ભૂલ ભરેલું છે. અગ્નિમાંધના પુષ્કળ રોગી કુહનેએ સારા કર્યા છે. એવા રોગીઓનો ઉપચાર કરતાં કુહનેને જે અનુભવ થયો છે તે આગળ આપેલો છે.

રાંધેલું અન્ન બિલકુલ કાચા અન્ન કરતાં પચવામાં કઠિણ છે. ધાન્ય, ફળ વગેરે પદાર્થ, સાધારણ પક્વ દશામાં હોય છે ત્યારે તે પચવામાં ઘણા હલકા હોય છે; પરંતુ જ્યારે તે પૂર્ણ પક્વ હોય છે કિંવા ઘણા પાકી જાય છે એટલે કોહી જવાની તૈયારીમાં હોય છે ત્યારે તે પચવામાં ભારે પડે છે. માટે અગ્નિમાંધ થયેલા રોગીએ અધકચરાં પાકેલા ફળો ખાવાં જોઇએ એટલે તે તેને સહજમાં પચશે.

આવા પ્રકારનું અન્ન ખાવાથી વિશેષ ફાયદો એ છે કે રોજના તીખા તમતમા આહારથી, ચટણીઓથી કે પુષ્કળ મસાલા યુક્ત પદાર્થોથી ક્ષુધાને કૃત્રિમ રીતે ક્ષુબ્ધ કરી જે પ્રમાણથી અધિક આહાર થાય છે, તે થતો નથી, અને ક્ષુધા તૃપ્ત થવા જેટલું અન્ન પેટમાં જવાની સાથે ખાવાની ઇચ્છા બંધ થાય છે.

અપક્વ ફળો ખાવાથી પ્રથમ કોઈ કોઇ વખતે આમાંશ કિંવા અતિસાર થાય છે, એનું ખરૂં કારણ એ છે કે અપક્વ ફળો કોઠામાં જલ્દીથી પચન થવાથી તેનો મળ આંતરડામાં જલદી ઉતરે છે અને તે પોતાની સાથે બીજા મળને બહાર લેતો આવે છે. એવી રીતે પેટ-માંથી દુર્ગંધિનો નિકાલ થઇ જવો એજ ખરેખર ફાયદાની વાત છે.

એવી રીતે થનારો આમાંશ કિંવા અતિસાર જલ્દીજ ઘણું કરીને પોતાની મેળેજ બંધ થઇ જાય છે. ફળો ઝાડ ઉપરથી ઉતારી લઇ તરતજ ઉપયોગમાં લેવાં. ઉતાર્યાં પછી તે રાખી મુકવાથી ( વાસી થવાથી ) તેના ગુણમાં કમીપણું થાય છે. માટે બહાર ગામથી કિંવા પરદેશથી આણેલાં જુનાં ફળો કરતાં પાસમાંજ મળનારાં તાજાં અર્ધ પક્વ ફળોજ ખાવામાં ઉત્તમ હોય છે.

આપણે ઘણું કરી એવું કહી શકીએ છીએ કે, એકાદ દેશમાં રહેનારા લોકોને જે ધાન્ય અને ફળો હિતકર હોય છે તેજ તે દેશમાં સૃષ્ટિકર્ત્તાએ ઉત્પન્ન કરેલાં છે. બિલકુલ ઉત્તર તરફ ધ્રુવ પાસે અમે-રીકાના ભાગમાં અને ગ્રીનલેંડ બેટમાં વસનાર એસ્કિમો લોકોનું આરોગ્ય સુધારવા તેમને માટે દક્ષિણ તરફના પ્રદેશોમાંથી ફળો અને ધાન્યો એક વખત મોકલ્યાં હતાં. પરન્તુ પ્રત્યક્ષ અનુભવ એવો આવ્યો હતો કે તે આહારના યોગથી તેમનું આરોગ્ય સુધર્યું નહિ પણ ઉલટી પ્રકૃતિ માત્ર અધિક બગડી.

જો એકાદ પ્રદેશમાં મનુષ્યના આહારને યેાગ્ય એવાં ધાન્યેા કે ફળ મૂલાદિ પદાર્થો ઉત્પન્ન થતાં ન હેાય તેા પ્રદેશ મનુષ્યને વસવા માટે અયેાગ્ય છે એમ સમજવું. શીતકટિ બંધમાંનેા પ્રદેશ એવાજ પ્રકારનેા છે. અને આપણે પ્રત્યક્ષ જોઇએ છીએ કે ઉત્તર ધ્રુવ નજીકના પ્રદેશમાંના એસ્કિમેા, લૅપલૅંડર્સ ઇત્યાદિ લેાકેા નીરેાગી અને હૃષ્ટ પુષ્ટ હેાતા નથી અને તે ઘણાં વર્ષ જીવતા પણ નથી.

દેખાવમાં એસ્કિમાં લેાકેા હૃષ્ટ પુષ્ટ દેખાય છે પરન્તુ વાસ્તવમાં તે સર્વેના શરીર વિજાતીય દ્રવ્યથી અતિશય વ્યાપ્ત હેાય છે. એ લેાકેા ઘણાં વર્ષો સુધી જીવવાના નથી એ તેમના શરીરની આકૃતિ ઉપરથીંજ સમજાઇ આવે છે, અને વસ્તુસ્થિતિ એવી હેાવી એમાં કાંઇ આશ્ચર્ય નથી. તેમનું જીવન ઘણુ કરી માંસ ઉપરજ હેાય છે. હવે એ ખરૂં છે કે થેાડા દિવસ જમીન બરફ રહિત હેાય છે ત્યારે જે મળે છે તે કંદમૂલેા ખાય છે. પરંતુ તેથી શું થનાર છે! હવે, જે એસ્કિમેા કિનારા પાસેના પ્રદેશમાં રહે છે અને માંસ ઉપર ઉપજીવિકા કરે છે, તેમના શરીરમાં સંચય ઘણેા હેાતેા નથી, કારણ માંસ અધિક નિકલે એટલે જમીન ઉપર ખેારાક ખવરાવી જાડા જનાવરેા કરતાં રાંધેલી માછલીનું માંસ એાછું અપાયકારક હેાય છે. અર્થાત્ તે માંસ ખાવાથી શરીરમાં વિજાતીય દ્રવ્યની ઉત્પત્તિ ઘણી થતી નથી.

સમશીતેાષ્ણ કટિબંધમાંના લેાકેાને વિશેષ ભાગ્યશાળી સમજવા જોઇએ. કારણ ત્યાં વસંતઋતુમાં તાજો ભાજીપાલેા અને ફળેા ખાવા માટે મળે છે. અને તેથી તેમની પચન શક્તિ સુધરી અંગમાં શક્તિ વધે છે.

ભાજીપાલા કિંવા ફળેાની આપણને ઘણી જરૂર નથી એમ ઘણા

લોકોની સમજ હોય છે. એનું કારણ ફક્ત એવા લોકોનું અજ્ઞાનજ હોય છે.

આપણા આહારમાં થોડા પ્રમાણમાં આવે છે એવો એક પદાર્થ એટલે રેતી છે. આપણા પેટમાં થોડી રેતી જવી જરૂરની છે. આ વાત સાંભળીને ઘણા લોકોને આશ્ચર્ય લાગશે પરંતુ ખરી રીતે તેવું લાગવાનું કારણ નથી. કારણ આ રેતીથી પચનમાં થોડી મદદ થાય છે. ભાજીપાલો, ફળો, ધાન્ય વગેરે પદાર્થો ધોવા છતાં તેમાં ચોટેલી રેતી બરાબર નિકળતી નથી. માટે તે પદાર્થો ખાવાથી તેની સાથે થોડી રેતી આપણા પેટમાં જાય છે. આપણી પચેનેંદ્રિય માટે જરૂરની વસ્તુ જે રેતી છે તે આપણા પેટમાં જવા માટેજ કુદરતે આવી વ્યવસ્થા કરેલી જણાય છે. હવે એ હેતુ માટે એ પદાર્થોને ધોવાથી રેતી ઓછી થાય છે એમ સમજી તેને ન ધોઈ ખાવું સારૂં નથી. કારણ કે ન ધોવાથી એ પદાર્થની સાથે બીજા ખરાબ પદાર્થો પેટમાં જવાનો સંભવ હોય છે.

ઘણું કરી સર્વે પ્રાણીઓ રેતી ખાય છે અને તે તેમને નહિ મળવાથી તેમની પ્રકૃતિમાં વિકાર થાય છે, એવું આપણને સમજાય છે. દાખલા તરીકે, પાળેલી મરઘી વગેરે પક્ષીઓને કાંકરા કે રેતી ખાવાને ના મળે તો તેમનાં પીછાં ગરી પડે છે અને તે પુંછડેથી બાંડાં થઈ જાય છે. શહામૃગ પક્ષી રેતીવાળી બાંડમાં રહે છે તેથી ત્યાં તેને પુષ્કળ રેતી ખાવાને મળે છે, પરંતુ કોઈએ શહામૃગને ઘેર લાવી પાળ્યો હોય અને તેને રેતી ન મળે તો તેના અંગ ઉપરનાં પીછાં ખરવા માંડે છે. આવી વખતે તેને આપણે ગમે તેવા ઉત્તમ પદાર્થો ખાવા આપીએ તો પણ તેનાં પીછાં ફરી આવતાં નથી, પરંતુ તેને રેતી ખાવા મળે કે તરત પીછાં ઉગવા માંડે છે તેથી મનુષ્યને

પણ થેાડી રેતીની જરૂર છે એમ જણાય છે. માટે બારીક ચાળેલા લેાટની રેાટલી કરતાં તેમાં થેાડુક છેાડાનું ચળામણ આવ્યું હેાય એવી રેાટલી કિંવા ભરડેલા જાડા લેાટની રેાટલી ખાવામાં ઉત્તમ છે. કારણ ધાન્યના છેાડાંમાં ચેાટેલ બારીક રેતીના કણેા ચળામણની સાથે આપણા પેટમાં જાય છે.

ઇતર પ્રાણીઓને રેતીની જરૂર છે એમ સમજાયા પછી મનુષ્યને માટે રેતીની જરૂર છે કે નહિ એ જોવા માટે કુહનેએ કેટલાક પ્રયેાગ કર્યા. તેણે જર્મન સમુદ્રમાંથી બિલકુલ સ્વચ્છ રેતી લાવી અને તે રેાગીઓને આપી જોઇ. તે ઉપરથી તેને એવું માલૂમ પડ્યું કે રેતી ખાવાથી પચનશક્તિ સુધરીને મળશુદ્ધિ સારૂ થાય છે. રેતીમાં દુષ્ટ વાયુ શેાધક ધર્મ પણ રહેલેા છે. તેથી રેતી પેટમાં જવાથી દુષ્ટ વાયુનેા નાશ થવેા જોઇએ એવું સ્પષ્ટ દેખાય છે. રેતીમાં શેાધક ધર્મ રહેલેા છે એની કેાઇને ખાતરી કરવી હેાય તેા તેણે આગળનેા પ્રયેાગ કરવેા. કેાઇ ઓરડામાં દીવેા બુઝાવ્યા પછી તેલની ગન્ધ કે જુનાં ચીથરાં બળવાની ગંધ આવતી હેાય તેા ત્યાં એક સગડી ઉપર તવેા મુકી તેમાં થેાડી રેતી નાંખી તપાવવી એટલે થેાડા વખતમાં તે ગન્ધ પેાતાની મેળેજ દૂર થઇ જશે. કદાચિત એ ગન્ધ બારણામાંથી નિકળી ગઇ એવી શંકા થાય માટે પ્રથમ ઓરડાનાં સઘળાં બારણાં બંધ કરવા. સમુદ્રમાંની રેતીના બદલામાં નદીમાંની રેતી પણ કામ આવે છે એ વાત ધ્યાનમાં રાખવી.

રેતીમાં શેાધક ધર્મ રહેલેા છે, તેથી જે પ્રદેશમાં રેતી હેાય છે ત્યાંની હવા શુદ્ધ હેાય છે. પરંતુ રેતીમાં ચીકણી માટી મળેલી હેાય ત્યારે રેતીનેા હવા શુદ્ધ કરવાના કામમાં તેટલેા ઉપયેાગ થતેા નથી.

એ ઉપરથી આપણે એવું કહી શકીએ છીએ કે જે દુષ્ટ

વાયુના અને દોષિત દ્રવ્યના યેાગથી શરીરમાં વિકાર થાય છે, તે વાયુ અને દોષિત દ્રવ્ય રેતીના યેાગથી શુદ્ધ થાય છે.

રેતીના ઉપયેાગથી મળાવરેાધ દૂર થાય છે એ વિષેનેા એક પ્રત્યક્ષ અનુભવનેા દાખલેા આગળ આપેલેા છે.

એક બાઇને જુવાનીમાંથી બંધકેાશનેા વિકાર હતેા. તે માટે તેણે ઘણા ઉપાય કર્યા, પરંતુ સર્વ વ્યર્થ ગયા. ઘણાં વર્ષો સુધી તેને તે વિકાર કાયમ રહ્યેા, એટલુંજ નહિ, પણ તે દિવસે દિવસે વધતેા જતેા હતેા. આખર તેના ૫૦ મા વર્ષે તેની દશા એવી થઇ ગઇ કે જુલાબ લેવા છતાં મળશુદ્ધિ સાફ થતી નહેાતી. વિશેષ આશ્ચર્યની વાત તેા એ હતી કે તેને કેાઇ કેાઇ વખતે મહીના સુધી મુદ્દલ મળશુદ્ધિ થતી નહેાતી. આ વખતે તે કુન્હે પાસે ઉપચાર માટે આવી. કુન્હેએ તેને રેાજ ૪–૫ ઉપવિશ્ય સ્નાનેા અને કટિ-સ્નાનેા કરવા માટે અને ચાળ્યા વગરના અને જાડા લેાટની રેાટલી અને ખાટાં ફળેાનેા આહાર કરવા કહ્યું. આ ઉપાયેાથી ઘણુ કરી સર્વ રેાગીઓનેા મળાવરેાધ દૂર થાય છે, પરંતુ આ બાઇ ઉપર એ ઉપા-યેાનેા કાંઇજ પરિણામ ન આવ્યેા; એથી કુહનેએ એ બાઇને દરેક ભેાજન પછી એક એક ચમચેા ભરી રેતી ખાવા માટે કહ્યું. ચમત્કાર એ થયેા કે બીજાજ દિવસે તે બાઇને મળશુદ્ધિ સાફ થઈ અને કાળા અને કઠણ એવા ઘણા દિવસના બાઝેલા મળની ગાંઠેા નિકળી. ઉપર કહેલાં સ્નાનેા અને આહાર તથા રેતીનેા ઉપયેાગ થેાડા દિવસ ચાલુ રાખવાથી તે બાઇના બદ્ધકેાષ્ટનેા વિકાર દૂર થઇ ગયેા. રેતીના ઉપયેાગનેા આ પ્રત્યક્ષ દાખલેા છે.

પ્રાચીન ઔષધેાપચાર પદ્ધતિના હીમાયતી યુરેાપિયન ડૉકટર લેાકેા રેતી ખાવાથી અન્ન પાચનમાં મદદ થાય છે એ વાત કબૂલ

કરતા નથી. આ યુરોપિયન લોકોએ શરીરના બન્ધારણનાં દ્રવ્યો ક્યાં ક્યાં છે અને તે દ્રવ્યો પ્રાપ્ત થવા માટે આપણે કયી કયી જાતના ભક્ષ્ય પદાર્થોનો કેટલા પ્રમાણમાં આહાર કરવો જોઇએ એ વાત પણ નક્કી કરી મુકી છે. એટલે તેમનું એમ કહેવું છે કે શરીરમાં રેતીનો અંશ જરા પણ ક્યાંહી મળતો નથી ત્યારે રેતી ખાવાનું કારણ શું છે ? આ સર્વ આક્ષેપોનો ઉત્તર પ્રત્યક્ષ અનુભવ એજ છે. તેજ પ્રમાણે ભોજનના પદાર્થોમાંથી પોષક દ્રવ્યો અર્કના રૂપમાં જુદાં કાઢી, બીફ એકસ્ટ્રૅક્ટ ( ગોમાંસાર્ક ), ચિકન એકસ્ટ્રૅક્ટ ( મરઘીના બચ્ચાનો અર્ક ) ઈત્યાદિ અર્ક શરીરમાં પુષ્ટતા આવવા માટે રોગીને અને અશક્ત મનુષ્યોને આપવાની યુરોપિયન ડૉક્ટરોની પદ્ધતિ ભૂલ ભરેલી દેખાય છે કારણ શરીરના પોષણ માટે ફક્ત આહારની જરૂર છે એટલુંજ નહિ પણ તે આહારનું પાચન કરવાનું કામ પણ શરીરની ઇંદ્રિયોથીજ થવું જોઇએ એવી કુદરતની યોજના છે નહીં તો તે ઇંદ્રિઓ નીરોગી અને દૃઢ રહેશે નહિ. માટે આપણે જે અન્ન ખાઇએ છીએ તેમાંનો સત્વાંશ ( પોષક અંશ ) કાઢી લેઇ તેથી રક્ત, માંસ, શુક્ર અને જઠર રસ આદિ ભિન્ન પચનેંદ્રિયમાંનો રસ, ઇત્યાદિ શરીર માટે કામ, આ વગર પદાર્થ તૈયાર કરવાનું કામ પણ આપણી પચનેંદ્રિયોથીજ થવું જોઇએ. એમ નહિ કરતાં ભક્ષ્ય પદાર્થોમાંનો સત્વાંશ જુદો કાઢી તેનો આપણે અન્નના બદલામાં ઉપયોગ કરીએ તો આપણી પચનેંદ્રિયો માત્ર અશક્ત થઇ જાય છે.

નાનાં બાળકોનાં ખાન પાન કેવાં હોવાં જોઇએ એ વિષે બે શબ્દો અત્રે કહેવા આવશ્યક છે. નાના બાળક માટે ઉત્તમ અન્ન એટલે તેની માનું દૂધ છે. જે બાળકોને નાનપણમાં માનું દૂધ મળતું નથી તે બાળકો તદ્દન નીરોગી હોવાં—તેમનાં શરીરો વિજાતીય દ્રવ્યોથી

તદ્દન મુક્ત રહેવાં–બિલકુલ અશક્ય છે.

માતાના દૂધથી પોષાયલાં બાળકો કરતાં અન્યનાં દૂધ ઉપર પોષાયલાં બાળકોની આકૃતિમાં ઘણુંજ અન્તર હોય છે. માતાના દૂધ સિવાય પોષાયલાં બાળકોનું માથું અસ્વાભાવિક રીતે મોટુ હોય છે અને તેજ પ્રમાણે તેમનું પેટ આગળ વધેલું દેખાય છે. આવા પ્રકારનાં બાળકો ઘણું કરી નાનપણમાં વાજબી કરતાં વધારે ચાલાક અને હુશીયાર દેખાય છે. યુરોપિયન લોકોમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય વધતો જાય છે એનું કારણ એ છે કે તેમનામાં નાનપણમાં વિલક્ષણ બુદ્ધિવાળાં બાળકો આજકાલ ઘણાંજ થવા લાગ્યાં છે. એવાં બાળકો અને તેમના માબાપો પર આપણે દયા લાવવી જોઇએ. કારણ એ નાના બાળકોની બુદ્ધિમત્તાનું પ્રદર્શન તેમનાં માબાપો જરા વધારે કૌતુકથી કરે છે. અને તેમને પોતાનાં બાળકો માટે નાનપણમાં જ્યારે અતિશય અભિમાન થાય છે ત્યારે પોતાનું અભિમાન અને કૌતુક ભ્રાંતિમય છે એ તેમને આગળ તરતજ જણાઇ આવે છે. કારણ આવા પ્રકારનાં બાળકોની બુદ્ધિમત્તા નાનપણમાં પુરી થઇ જાય છે અને તેથી તેમનાં માબાપોની જે આશા હોય છે તે નિરર્થક થાય છે. આ નાનપણાની અલ્પકાલિક ચંચળતાનું એ કારણ હોય છે કે એવાં બાળકોના મસ્તકમાં નાનપણમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો ઘણોજ પ્રવેશ થવાથી મસ્તક ઉપર વિજાતીય દ્રવ્યનું દબાણ પડવાથી મસ્તકમાં એક પ્રકારની કૃત્રિમ ચપળતા ઉત્પન્ન થાય છે.

કેટલીક વખતે ૭–૮ વર્ષના બાળકો ૨૦ વર્ષનાં મનુષ્ય પ્રમાણે પુખ્તપણેથી બોલનાર મળી આવે છે. પરન્તુ આવાં બાળકોના સંબંધે આ વાત ધ્યાનમાં રાખવી જોઇએ કે એ બાળકો ૨૦ વર્ષનાં થતાં તેમનાં અંગમાં બીજી ૨૦ વર્ષની પ્રજામાં જે ચપળતા દેખાય છે, તે

જોવામાં આવતી નથી. જે બાળકો નાનપણમાં ગાવામાં સારાં હોય છે એવાં બાળકોના સંબંધમાં પણ એજ સ્થિતિ મળી આવે છે; એમના ગાયન પટુત્વના સંબંધથી નાનપણમાં ચારે તરફ પ્રશંસા થાય છે. પરંતુ તેમના અંગમાં સંગીતમાં પ્રાવિણ્ય મેળવવામાં જોઇતી આવશ્યક બુદ્ધિ નહિ હોવાથી પછી તેમનું નામ નિશાન પણ રહેતું નથી.

જર્મનીમાં ગામેગામ પ્રદર્શન કરી જેને ફેરવેલો અને જેની બુધિની સર્વે લોકે પ્રશંસા કરેલી એવા પોલહર નામના બાળકનું અંગપિંડ તેના વયના પ્રમાણમાં સારૂં દેખાતું અને તેથી તેની શરીર–પ્રકૃતિમાં વિશેષતા જેવું ડૉક્ટરોને કાંઇજ લાગતું નહી, ઉલટું આ બાળકની વિલક્ષણ શકિત જોઇને તેમને અત્યાશ્ચર્ય લાગતું હતું. પરંતુ ડાક્ટરોનો મત કેટલો ભૂલ ભરેલો છે અને રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્રનું સામર્થ્ય શું છે એ જોવાને આ બાળકનો દાખલો આપણને ઘણો લાભકારક છે. આ બાળકનો ચેહરો જોઈ રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્રના તત્વ ઉપરથી આપ-પણને જણાઈ આવે છે કે આ બાળકનું માથું વાંકદાર છે અને તેની આંખો કાચના જેવી ચળકતી દેખાય છે તેથી તેના કપાલમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો સંચય ઘણોજ હોવો જોઇએ અને તે વિજાતીય દ્રવ્યનું દબાણ આંખો વગેરે ભાગપર ઘણુંજ પડતું હોવું જોઇએ. સિવાય તે બાળકને અન્નપચન પણ બરાબર થતું નહિ હોય, એજ આપણને ઉપરની વાત ઉપરથી સમજાય આવે છે. એ બાળકને પ્રત્યક્ષ જોયાથી આપણને એક વિશેષ વાત સમજવામાં આવે છે કે તેના શરીરના આગલા ભાગમાં અને તેજ પ્રમાણે એની બન્ને બાજુમાં પણ સંચય થયેલો હોવો જોઇએ. આ બાળકનું કપાળ ઉપ-રની બાજુમાં અતિશયજ પહોળું છે અને વિજાતીય દ્રવ્યના સંચયથી

મસ્તકમાં કૃત્રિમ ચપળતા ઉત્પન્ન થવાથી આ બાળકની બુદ્ધિ વિશેષ ચપળ જણાય છે.

## ભોજન માટે સ્થળ કેવું હોવું જોઇએ ?

આ પ્રશ્ન કેટલાકને ક્ષુલ્લક અને નિરર્થક જણાશે ખરો પણ વસ્તુસ્થિતિ એવી નથી. કારણ ભોજન કરતી વખતે આપણાં ફેફસાંને શુદ્ધ અને ખુલ્લી હવા મળવી એ અન્નનું બરાબર પાચન થવામાં અત્યન્ત આવશ્યક છે. પ્રકૃતિ નીરોગ અને બળવાન રહેવા માટે ઉત્તમ આહાર જેટલીજ સારી હવાની જરૂર છે. જ્યારે આપણે અન્ન ખાતા હોઇએ છીએ ત્યારે આપણા શ્વાસોચ્છ્વાસ પણ જોરથી ચાલે છે તેથી જમતી વખતે ફેફસાંમાં હવા પુષ્કળ જાય છે. તેજ પ્રમાણે જમતી વખતે થોડી હવા અન્નની સાથે આપણા પેટમાં પણ જાય છે માટે આપણે જે ઠેકાણે જમતા હોઇએ ત્યાંની હવા શુદ્ધ છે કે નહિ એનો વિચાર કરવો એ આપણા ફાયદાનીજ વાત છે. જંગલમાં, ખેતરમાં, ખુલ્લા મેદાનમાં અથવા પર્વત ઉપર એકાદ સ્થળે ખુલ્લી હવામાં જે અન્ન આપણે ખાઇએ છીએ તે તરત પચે છે એવો ઘણાઓને અનુભવ હોય છે. એવું થવાનું કારણ એ છે કે ખુલ્લી હવામાં અન્ન ખાવાથી અન્ન ચાવતાં તેમાં ઘણી હવા મળે છે અને તેથી તેનું પાચન તરતજ થાય છે. માટે બની શકે ત્યાં સુધી બહાર ખુલ્લી હવામાં જમવું એ ઉત્તમ છે. પરંતુ તેમ કરવાનું નહિ બની શકે તો નિદાન જે સ્થળમાં હવા, અજવાળું વગેરે સારી પેઠે હોય એવી જગ્યામાં ભોજન કરવું જોઇએ. જે લોકો રોગી હોય અથવા રોગમાંથી મુક્ત થયા હોય તેવા લોકોને માટે ઉપરનો નિયમ વિશેષ મહત્વનો છે.



## ભોજન માટે ઉત્તમ વખત કયો છે ?

આ પ્રશ્નનો અત્રે વિસ્તારથી વિચાર કરવો જોઇએ. સામાન્ય રીતે એવો નિયમ કહી શકાય કે આપણને ક્ષુધા લાગે તે વખતે જમવું. પરંતુ સગવડ માટે આપણા આહારાદિનું શરીરધર્મ માટે નિયમન કરવું જરૂરનું છે. કારણ કે તેનો નિયમ ન રાખ્યો હોય તો ગમે તે વખતે આપણને ક્ષુધા લાગે ને આપણે ભોજન કરવું પડે. ઘણા લોકોનો આહાર વિહારાદિ વ્યાપાર સૃષ્ટિના નિયમને છોડીને હોય છે, તેથી તેમને ભળતીજ વખતે ક્ષુધા ( ભૂખ ) લાગે છે, અને તેમની ક્ષુધા પણ જોઇએ તે કરતાં જાસ્તી બળવાન હોય છે. બીજાં પ્રાણીઓની સ્થિતિ જોતાં આપણને એવું માલુમ પડે છે કે તેમને ક્ષુધા ઘણું કરી સવારમાં ઘણી લાગે છે, અને આહારનો મોટો ભાગ તે સવારમાં ખાઇ જાય છે. આમ કેમ થાય છે તેનું એક યોગ્ય કારણ છે અને તે કારણનો સૂર્ય સાથે સંબંધ છે.

દિવસનો પૂર્વ ભાગ, અને પાછલો ભાગ અથવા સવારથી બપોરના બાર વાગતા સુધીનો એક, અને બાર વાગ્યા પછીથી તે સાંજના છ વાગતા સુધીનો એક, એવા બે ભાગ છે. આ બેમાંથી પહેલા ભાગમાં પ્રાણી માત્રના શરીરમાં હુશિયારી અને બળ અધિક હોય છે, અને બીજા ભાગમાં, અંગમાં બળ અને હુશીયારી કમી થતી જાય છે. આ બે ભાગ પૈકી પ્રથમ ભાગનો સવારના ૬ વાગતાં પ્રારંભ થાય છે. આજ વખતે સવિતા ભગવાન ( સૂ–ઉત્પન્ન કરવું. અર્થાત્ સવિતા એટલે પ્રાણી માત્ર અને વસ્તુ માત્રને ઉત્પન્ન કરનારો દેવ ) પોતાના ઉજવલ કિરણોથી સર્વ જીવ માત્રને જાગૃત કરીને તેમને પોતપોતાના વ્યાપારમાં પ્રવૃત્ત કરે છે. પ્રાતઃકાળના સૂર્યના મંદ ( ધીમા ) તાપથી પાકને અને ઝાડને કેટલો ફાયદો થાય છે એ ઘણા

ખેડુતોને માલુમ છે. જે ઝાડોને સવારમાં સૂર્યના ઉષ્ણ કિરણ મળતાં નથી તેને ફળો ઘણાં આવતાં નથી, કિંવા કોઈ કોઇ વખત બીલકુલ આવતાં નથી. જે ઝાડના એક ભાગને સવારના સૂર્યનો તાપ મળે છે, તે ઝાડના તે તરફના ભાગને ઘણાં પાન ફુલ કે ફળો આવે છે. માણસોની સ્થિતિ પણ ઝાડ પ્રમાણે જ છે. જે પ્રમાણે ઝાડ ઉપર પરિણામ થાય છે તેજ પ્રમાણે માણસો ઉપર પણ સૂર્યના કિરણોનો પરિણામ થાય છે. કોઈ માણસ જો સૃષ્ટિના નિયમને અનુસરી સવારમાં વહેલાં ઉઠીને ખુલ્લી હવામાં ફરશે તો સૂર્યનાં પ્રાતઃકાળનાં કિરણોના તાપથી મન ઉપર અને શરીર ઉપર કેટલો બધો ઉત્તેજક અને સુખપ્રદ પરિણામ થાય છે તેનો તેને લાગલોજ અનુભવ થશે.

સૂર્ય માથા ઉપર આવી પશ્ચિમ તરફ નમવા લાગે એટલે આગળ કહી ગયા પ્રમાણે દિવસના બીજા ભાગનો આરંભ થાય છે. આ કાળમાં પ્રાણી માત્રના અંગમાંથી હુંશીયારીને શક્તિ કમી થવા માંડે છે, અને સંધ્યાકાળ થઈ એટલે ચારે દિશામાં શાન્તિ પ્રસરે છે અને સર્વને નિદ્રારૂપી વિશ્રાંતિ માટે ઉત્કટ ઇચ્છા ઉત્પન્ન થાય છે.

આ બે કાળમાંથી પૂર્વકાળમાં આપણા શરીરમાં હુંશીયારી વિશેષ હોય છે, અને શરીરના સર્વ વ્યાપાર આ વખતે જોરથી ચાલતા હોય છે. શરીરમાં પાચનશક્તિ પણ સવારમાં બળવાન હોય છે, ત્રીજા પહોરે તેનું બળ ઘણું કમી થાય છે, અને સંધ્યાકાળે તો અત્યંત મંદ હોય છે. માટે આપણે ભોજન કરવાનું તે ઘણું કરી સવારના છ વાગ્યા પછી અને બાર વાગતા પહેલાં કરવું જોઇએ. ત્રીજે પહોરે ભોજન કરવું હોય તો વિચારપૂર્વક પચન થઈ શકે તેટલુંજ કરવું. રોગી અને અશકત માણસે આ નિયમનું કાળજીથી પાલન કરવું જોઇએ.

હવે કેટલાંક માણુસો એવી શંકા કરશે કે માંદા માણુસોને સવારમાં સારી ભૂખ લાગતી નથી ત્યારે તેમનાથી ભૂખ લાગ્યા સિવાય શી રીતે ભેાજન થઇ શકે? પરંતુ એમ થવાનાં બે કારણુ હેાય છે. એક તેા અશક્ત પચનેંદ્રિયેા, અને બીજું અયેાગ્ય વખતે ભેાજન કરવાની ટેવ. રાત્રિએ ભેાજન કરતી વખતે પ્રકાશ માટે ઘાસતેલ જેવા સેાંઘા અને ખરાબ તેલના કિંવા ગેસલાઇટ કે વિદ્યુત જેવા દીવાના પ્રકાશનાં સાધનેા આપણુને અત્યારના સુધરેલા જમાનામાં પ્રાપ્ત થયાં છે. આ વાત એક પ્રકારે સારી છે, પરંતુ તેનાથી આપણુને કાંઇ પ્રકારનું નુકસાન છે કે નહિ એ પણુ વિચાર કરવા સરખું છે. કારણુ આ પ્રકાશના સાધન બળ ઉપર આપણે રાત્રિનેા દિવસ કરીને દિવસે કરવાના પુષ્કળ ઉદ્યેાગ રાત્રિએ કરીએ છીએ; અને તેથી આપણે આપણી પ્રકૃતિને ઘણુંજ નુકસાન કરીએ છીએ. પાશ્ચાત્ય દેશેામાં હાલમાં જ્ઞાનતંતુ સંબંધીના વ્યાધિએા ઘણા વધી ગયા છે તેનું કારણુ દિવસનાં કામેા રાત્રે કરવાની આ સુધરેલા દેશેામાં લેાકેાને ટેવ પડેલી હેાય છે તે છે. જ્ઞાનતંતુ સંબંધી વિકારેાનું મુખ્ય કારણુ જે પૃષ્ઠસ્થ ( પાછલા ભાગનેા ) મળસંચય તે મીજબાનીએા, નાચ, બેઠકેા, નાટકેા, સીનેમા, પ્રવાસ ઇત્યાદિ વાતેા અને આહાર વિહારના અન્ય પ્રકાર રાત્રે કરવાથી વિશેષ કરીને થાય છે.

આપણામાં ઘણા લેાકેાને મેાડી રાતે જમવાની ટેવ પડેલી હેાય છે, અને કેટલાક મેાજશેાખવાળા લેાકેામાં તેા રાતે ૯ કિંવા ૧૦ વાગતાં મીજબાનીએા થાય છે. આવી રીતે મેાડી રાતે ખાધેલા અન્નનું બરાબર પચન થતું નથી. મેાડી રાતે જમવાથી પચનેંદ્રિય પર એટલેા બધેા બેાજો પડે છે કે અન્ન પચનનું કામ સવારે થેાડું પણુ બાકી રહેલું હેાય છેજ તેથી સવારે બરાબર ભૂખ લાગતી નથી. સિવાય

રાત્રે પેટમાં ન પચેલું અન્ન શિલક રહેવાથી ગાઢ નિદ્રા પણ આવતી નથી, અને સવારમાં સારી હુંશીયારી પણ જણાતી નથી.

જો આપણામાં થોડો પણ મનોનિગ્રહ હોય તો આવા પ્રકારની સર્વે ટેવ આપણે બદલી શકીએ છીએ. જે લોકો માંદા હોય છે તેમને જો પોતાનું આરોગ્ય જલદી પ્રાપ્ત કરવાની ઇચ્છા હોય તો તેમણે મનોનિગ્રહ કરીને આવી ટેવ છોડી દેવા માટે યત્ન કરવો જોઇએ.

પોતાને સવારમાં ક્ષુધા ( ભૂખ ) લાગે એવી જેને ઇચ્છા હોય તેણે રાતે એક બે દિવસ બીલકુલ જમવુંજ નહિ; અગર જમ્યા વગર નજ ચાલે તો નામનું જ જમવું એટલે થોડું જમવું. આમ કરવાનું પ્રથમ કઠિન લાગશે, અગર કેટલાકને તો પ્રથમ રાતે જલદી જોઇએ તેવી નિદ્રા પણ આવશે નહિ. પરંતુ થોડાજ વખતમાં તે ટેવ બદલાઇ જશે. સિવાય એ પણ ધ્યાનમાં રાખવાનું છે કે સવારે વ્હેલા ઉઠવાની ટેવ રાખવાથી રાતે એની મેળે ઉંઘ આવશે.

સવારથી તે બપોરના બાર વાગતા સુધી આપણા શરીરમાં સ્વાભાવિક પણ ઘણીજ હુંશીયારી હોય છે. માટે આજ વખતે આપણે આપણા ઉદ્યોગનો ઘણો ખરો ભાગ કરી લેવો જોઇએ. આજ પ્રમાણે મનુષ્યના આયુષ્યમાં પણ મહત્વની એક વાત વંશવૃદ્ધિ કરવાનું કામ પણ આજ વખતમાં કરવું જોઇએ. આ વખતે અંગમાં બળ અને હુંશીયારી સારી હોવાથી મનની સર્વ વૃત્તિઓ પણ બળવાન હોય છે. તેથી સ્ત્રી પુરૂષનો સંબંધ પણ આજ વખતમાં થવો ઇષ્ટ છે. આ કાળમાં થએલા સંબંધથી, રહેલા ગર્ભથી ઉત્પન્ન થનારી સંતતિ તંદુરસ્ત અને હુંશીયાર થાય છે. સ્ત્રી પુરૂષના સમાગમથી થએલી સંતતિ ઉપર પણ કાળનો પરિણામ થાય છે એવી જ્યારે વસ્તુ સ્થિતિ છે ત્યારે યોગ્ય કાળેજ સંબંધ કરવો એ સ્ત્રી

પુરૂષનું કર્તવ્ય છે. પ્રાતઃકાળમાં શરીરમાં તાકાદ જાસ્તી હોય છે તેનું એક પ્રત્યક્ષ પ્રમાણ એ છે કે જે લોકોને અન્ય વખતે સંબંધ કરવાથી સંતતિ થતી નહોતી એવા લોકોને પ્રાતઃકાળમાં સંગમ કરવાથી સંતતિ થએલી છે.* એજ પ્રમાણે રાત્રિએ સંગમ કરવો એ અનિષ્ટ છે એ વાત પણ વાંચક વર્ગે લક્ષમાં રાખવી જોઇએ. કારણ કે રાત્રિના પહેલા ભાગમાં, અંગમાં તાકાદ કમી હોય છે, અને દિવસે શ્રમના કાળજીવાળાં કામ કરીને, કિંવા માનસિક શ્રમ કરીને, શરીર થાકી ગએલું હોય છે. નિદ્રાનો ભંગ કરી શરીરને નિર્બળતા આવે તેવું કામ ( સ્ત્રીસંગ ) કરવું તે શરીરને જાણી બુજી નુકસાન કરવા જેવું છે. સિવાય આ સર્વ બાબતનો આગળ રહેનારા ગર્ભ ઉપર નુકશાનકારક પરિણામ થાય છે. આવી રીતે આપણા વર્તનનો પરિણામ આપણી સંતત્તિ ઉપર થાય છે, એમ સમજાયા પછી આ માર્ગનો ત્યાગ કરવો એવી ઇચ્છા કોને નહિ થાય ? પુરૂપ જો સ્ત્રીસંબંધ પાછલી રાત્રિએ કરશે તો તેની પ્રકૃતિમાં રહેલા દોષોથી પણ તેની સંતત્તિને નુકશાન થવાનો સંભવ કમી થશે. ગર્ભધારણ વખતે પુરૂપની જેવી સ્થિતિ હશે તે પ્રમાણે આગળ થનારી સંતતિ સારી કિંવા નઠારી થશે. આ વાતનું પ્રમાણ એ છે કે દારૂના નિશામાં બાપ હોય તે વખતે ગર્ભાધાન ક્રિયા થાય તો તે ગર્ભથી ઉત્પન્ન થનાર બાળક મંદ બુદ્ધિનુંજ નિપજે. છે. શક્તિના કાળ અને ગ્લાનિના કાળને અનુસરીને આહાર વિહાર અને વિશ્રાંત્તિ લેવાનો

* આપણાં આર્યશાસ્ત્રોમાં પાછલી ચાર ઘટિકા રાત્રિ રહે તે વખતે ઉઠી શૈાચ મૂખ-માર્જનાદિથી પરવારી સંધ્યા પુજાદિ નિત્ય કર્મ કરવા કહેલું છે. એટલે તેટલી રાત્રિ પહેલાંનો વખતજ આપણા દેશના લોકો માટે યોગ્ય ગણાય. કારણ બ્રાહ્મ મુહૂર્તમાં સ્ત્રી પુરૂષનો સમાગમ થવો ઇષ્ટ નથી. તંત્રી.

નેયમ રાખવાથી આપણા શરીરમાં બળ અને હુશીયારી સારી રહેશે. ારાંશ એ કે મહત્વનો શ્રમ અને મુખ્ય કરીને ભોજન એ બે વાનાં માપણાથી બની શકે ત્યાં સુધી દિવસના પૂર્વ ભાગમાંજ કરી લેવાં નેઇએ. અને શ્રમનું પ્રમાણ દિવસના ઉત્તરાર્ધમાં કમી કમી કરતા જવું, મને સાયંકાળ થઇ ગયા પછી શ્રમ બંધ કરીને નિદ્રારૂપી વિશ્રાંતિ લેવી.

તીવ્ર રેાગનું જોર દિવસના ઉત્તરાર્ધમાંજ હોય છે. કારણ આ ખત ગ્લાનિનો હોવાથી આ વખતે શરીરથી રેાગનો પ્રતિબંધ બહુ ાઇ શકતો નથી. જ્વર સાયંકાળના સુમારમાંજ ઘણો ચઢે છે તેનો ાણા લોકોને અનુભવ હશેજ. એનું કારણ એ હોય છે કે આ વખતે ારીરના સર્વ વ્યાપાર મંદ પડેલા હોય છે. તેથી જ્વરને પોતાનું બળ મજમાવવાનું ફાવે છે.

દિવસ પ્રમાણે આખા વર્ષમાં પણ હુંશીયારી વધારનારા અને મી કરનારા એવા બે કાળ કરેલા છે.

જે પ્રમાણે દિવસના ઉપર કહ્યા પ્રમાણે બે ભાગ છે તે પ્રમાણે ંપૂર્ણ વર્ષના પણ બે ભાગ છે. આ ભાગને વાગ્ભટમાં **વિસર્ગકાળ** બને **આદાનકાળ** એવી સંજ્ઞા આપી છે. તેનું વર્ણન વાગ્ભટમાં ાીચે લખ્યા પ્રમાણે કરેલું છે.

**मासैर्द्वि संख्यैर्माघाद्यैः क्रमात्षड् ऋतवः स्मृताः**
**शिशिरोथ वसंतश्च ग्रीष्म वर्षाशरद्धिमाः ॥ १ ॥**
**शिशिराद्यास्त्रि मिस्तैस्तु विद्यादयन मुत्तरम् ।**
**आदानंच तदा दत्ते नृणां प्रतिदिंनं बलम् ॥ २ ॥**

માર્ગશિર્ષ માસથી પોષ માસ સુધી એમ દરેક બબ્બે માસની છ તુઓ છે તે અનુક્રમે શિશિર, વસંત, ગ્રીષ્મ, વર્ષા, શરદ, અને મંત એ રીતે છે. શિશિરાદિ ત્રણ ૠતુ ઉત્તરાયન થાય છે અને તેને

આદાનકાળની સંજ્ઞા છે, કારણુ તે વખતે સૂર્ય ભગવાન મનુષ્યના બળનું પ્રતિદિન આકર્ષણુ કરે છે. વાર્ષા, શરદ્ અને હેમંત એ ત્રણુ ઋતુમાં દક્ષણાયન થાય છે. આ ઋતુ વિસર્ગ કાળની છે-કારણુ આ ત્રણુ ઋતુમાં પ્રાણી માત્રમાં સૂર્ય ભગવાન બળની વૃદ્ધિ કરે છે- ડો. ગર્દેકૃત સાર્થવાગ્ભટ સૂત્ર સ્થાન અધ્યાય ત્રીજો ). આ પ્રમાણે વર્ષના જે બે ભાગ ઉપર કહ્યા છે તે પૈકી બીજા ભાગનો આરંભ જુનના મધ્ય ભાગથી થાય છે. આ સુમારમાં મનુષ્ય માત્રને સ્વાભાવિક ઉલ્લાસ વિશેષ હોય છે. માટેજ આ કાળમાં ઘણું કરી બધાં રાજ્યોમાં તેના અભિનંદન માટે ઘણા તહેવારો નીમી રાખ્યા છે. નાગપંચમી, નાલીએરી પુનમ, બળેવ, ગણુપતિ ચોથ ઇત્યાદિ તહેવારનો પ્રારંભ આ કાળમાંજ થાય છે, અને આ કાળનો મધ્ય ભાગ ડીસેમ્બર માસની સુમારમાં હોય છે. આ માસમાં દેશમાં ટાઢનું જોર વિશેષ હોય છે, પરંતુ માણુસના અંગમાં બળને હુશીયારી ઘણી હોય છે. પછી આ કાળની પરમાવધિ (અંત) વસંત ઋતુમાં આવે છે. આ કાળમાં સર્વ સજીવ સૃષ્ટિમાં વિશેષ બળ જોવામાં આવે છે. આજ કાળમાં કેટલાક ઝાડને મોર ફળીયો આવે છે. તેજ પ્રમાણે જનાવરોને પણુ મદ ચઢે છે. પુષ્પોમાં પણુ આ જ કાળમાં વિશેષ વાસ હોય છે. મોગરા, ચંમેલી, ગુલાબ, આદિ કેટલીક જાતનાં ફુલોના ઉન્હાળાના પ્રારંભમાં કિંવા વસંત ઋતુમાં જેટલા બહારથી સુવાસ આવે છે તેટલો બીજા કોઈ પણુ કાળમાં આવતો નથી. સિવાય એવો પણુ અનુભવ થયો છે. કે આ વિસર્ગકાળમાં (શરદ્ઋતુમાં) ઝાડને કાપ્યું હોય તો તેનું લાકડું સારૂં ટકાઉ નીવડે છે પણુ તેજ ઝાડને જો આદાનકાળમાં કાપ્યું હોય તો તેનું લાકડું વધારે વખત ન ટકતાં તે જલ્દી શળવા લાગે છે.

સૂર્ય ભગવાનની ઉત્તર તરફ જવાની સીમા પૂરી થઇ તે દક્ષિણુ તરફ જવા લાગે એટલે આદાનકાળનો પ્રારંભ થાય છે. આ કાળમાં

સર્વ પ્રાણીઓમાં શૈથિલ્ય આવે છે. ઝાડ પણ વધી શકતાં નથી, અને તેને ફળો પણ કમી આવે છે. વિસર્ગકાળ કરતાં આ આદાન કાળમાંજ જવર, કોલેરા, ઇત્યાદિ રોગો વધારે થાય છે. કારણ આ કાળમાં શરીરમાં બળ કમી હોવાના કારણથી રોગ અટકાવવાનું બળ શરીરમાં હોતું નથી, તેથી રોગનું શરીર ઉપર વિશેષ બળ ચાલે છે.

દિવસનો અને વર્ષનો વિસર્ગકાળ અને આદાનકાળ એવા જે બે ભાગ ઉપર કહી ગયા તેમાં તેના ધર્મ પ્રમાણે બળદાયક અને બળનાશક એવાં નામો પાડવામાં આવ્યાં છે.

ઉષ્ણકટિબંધના પ્રદેશમાં સૂર્યના સ્થાનાન્તરમાં ઘણો ફરક પડતો નથી તેથી સૂર્યના સ્થાનાન્તરથી નિપજતા પરિણામમાંથી પણ ઘણો ફરક પડતો નથી. પરંતુ આ પ્રદેશમાં ચંદ્રમાનો પરિણામ પ્રકૃતિ ઉપર વિશેષ થાય છે. દિવસના બળદાયક એવા બે ભાગ છે, તેજ પ્રમાણે ચંદ્રના સંબંધમાં પણ શુકલપક્ષ અને કૃષ્ણપક્ષ એવા બે ભાગ છે. એટલે દિવસના પૂર્વાર્ધ પ્રમાણે કૃષ્ણપક્ષ (વદપક્ષ) છે અને ઉતરાર્ધ પ્રમાણે શુકલપક્ષ (સુદપક્ષ) છે. આને માટે એવો અનુભવ છે કે શુકલપક્ષમાં એકાદ ઝાડને કાપ્યું હોય તો તેનું લાકડુ વધારે વખત ન ટકતાં સળવા લાગે છે, પરંતુ જો તે ઝાડ કૃષ્ણ (વદ)પક્ષમાં હોય તો તેનું લાકડુ ઘણું કઠણ, સારૂં, અને ટકાઉ નિવડે છે.

સૂર્યની સ્થિતિમાન પ્રમાણે આવું પરિણામ કેમ થાય છે એ બાબતના કારણ સંબંધે કુન્હે લખે છે કે જે આ ચમત્કારના કારણ વિષે મેં એક કલ્પના બેસારી છે પરંતુ તે બરાબર છે કે નહિ તેનો નિર્ણય હવે પછી થવાનો છે—હમણાં તો એક કેવળ કલ્પનાજ છે એમ સમજી તે હું વાંચકવર્ગ આગળ મુકું છું.

દિવસ અને રાત તેમજ શિયાળો અને ઉનાળો, એજ પ્રમાણે વિસર્ગ અથવા બળદાયક કાળ અથવા આદાન એટલે બળહારક કાળનું

કારણુ સૂર્ય અને પૃથ્વીની ગતિજ છે. આપણામાંથી ઘણાની સમજણ એવી છે કે ઉષ્ણુતા અને પ્રકાશ એ બન્નેવાનાં આપણને પ્રત્યક્ષ રીતે સૂર્ય પાસેથી મળે છે. પરંતુ (કુહને કહે છે કે) મારા મતે આ સમજણ ભૂલ ભરેલી છે એમ મને લાગે છે. સૂર્યમાં દેખાતું તેજ એ પૃથ્વીની ગતિથી ઉત્પન્ન થતેા વિદ્યુતને પરિણામ હોવેા જોઇએ. હવે એમ પણ હોઈ શકે કે પૃથ્વીની ગતિથી (ઉત્પન્ન થનાર વિદ્યુત પ્રવાહથી) ઉત્પન્ન થએલા તેજમાંથી આપણા તરફ આવતા તેનાં કિરણ સાથે સૂર્યમાંથી ઉત્પન્ન થતાં કંઇ વિદ્યુત કિરણેા પણ આવતાં હશે. પૃથ્વી ફરતી છતાં તેના પૃષ્ટ ભાગનું આ કિરણેા સાથે ઘર્ષણ થાય છે અને તેથી ઉષ્ણુતા અને પ્રકાશ ઉત્પન્ન થાય છે, અને તે ચારે તરફ ફેલાઇ જાય છે. આ પ્રમાણે વસ્તુસ્થિતિ નહેાતાં પ્રકાશ અને ઉષ્ણુતા ખરેખર જો સૂર્ય પાસેથી આવતાં હેાય તેા આપણે જેમ જેમ જમીનથી ઉંચા પ્રદેશમાં જઇએ છીએ તેમ તેમ સૂર્યનેા પ્રકાશ અને તેની ઉષ્ણુતા આપણને ઉત્તરેાત્તર કમી થતી કેમ લાગે છે ? જે લેાકેા વિમાનમાં બેસીને ઉચ્ચ પ્રદેશમાં જાય છે તેમનેા અનુભવ પણ ઉપર પ્રમાણે જ છે. ઉષ્ણુતા અને પ્રકાશનાં કિરણ સૂર્યમાં આવતાં હેાય તેા તેનેા પરિણામ ચારે દિશામાં સર્વત્ર સરખેા આવવેા જોઇએ. એટલે ઉષ્ણુતાનું માન જમીનની સપાટી ઉપર અને ડુંગરના શિખર ઉપર પણ સરખુંજ હેાવું જોઇએ. હવે ઉંચા પ્રદેશમાં હવા ઠંડી હેાવાથી ત્યાં ઉષ્ણુતા જણાતી નથી એમ કેાઇ શંકા કરે તેા તેને એટલેાજ પ્રશ્ન છે કે પૃથ્વી ઉપરની હવાને ઉષ્ણુતા લાગવાથી જ્યારે પૃથ્વી ઉપરની હવા ઉષ્ણુ થાય છે તેા પછી ઉચ્ચ પ્રદેશની હવામાં થઇ સૂર્યનાં કિરણેા પસાર થાય છે ત્યારે ઉચ્ચ પ્રદેશની હવા કેમ ઉષ્ણુ ન થાય? હવે ઉષ્ણુતાને ને પ્રકાશ પૃથ્વીની ગતિથી ઉત્પન્ન થાય છે એમ માનીએ તેા પણ એ તેા સ્પષ્ટ છે કે જે જગેાએ પૃથ્વીની ગતિ અને તેનાથી

થનારૂ ઘર્ષણ ઘણું બળવાન હોય ત્યાં પ્રકાશ અને ઉષ્ણતા વધારે હોવાં જોઇએ. એવા પ્રદેશ, એટલે ભૂમધ્ય રેખા પાસેનો પ્રદેશ, અથવા ઉષ્ણ કટિબંધનો પ્રદેશ છે. આ પ્રદેશમાં ઉષ્ણતા અને તાપ વધારે હોય છે એ વાત આપણને પ્રત્યક્ષ અનુભવથી જાણવામાં આવે છે. ધ્રુવના પાસેના પ્રદેશમાં પૃથ્વીની ગતિ અને સૂર્યનાં કિરણો સાથેનું ઘર્ષણ આ બંનેનો પાસે પાસે અભાવજ છે તેથી ત્યાં અત્યંત ઠંડક રહે છે. ધ્રુવની પાસેના પ્રદેશમાં જો ઉષ્ણ હવા ન જતી હોય તો ત્યાં અહિંના કરતાં જાસ્તી ટાઢ પડતી હોત. આજ તત્ત્વ ઉપર પૃથ્વીપર ઉષ્ણકટિબંધ એક તથા સમશિતોષ્ણકટિબંધ તથા શિતકટિબંધ બબે શા માટે છે તે સમજી શકાય તેમ છે.

આ ક્રિયા કેવી રીતે થાય છે તે ચાકુ અગર અસ્તરા ઇત્યાદિક ધારવાળાં શસ્ત્રને ઉતારનાર સરાણીયાના ચાકથી સ્પષ્ટ થશે. ચાકુના પાનને ફરતા ચાકની ગતિના વિરૂદ્ધ ચાકુની ધારને અરાડી રાખવાથી તે ચાકનું ઘર્ષણ જોરથી ચાકુના પાનને થાય છે; પરંતુ તેજ પાનની ધાર ચાકની ગતિની દિશા તરફ ધરવાથી તો તે ઘર્ષણ તેટલા જોરથી થશે નહિ. આજ પ્રકારની સ્થિતિ પૃથ્વીના ફરવા અને સૂર્યના કિરણના સબંધમાં છે.

પૃથ્વી એ વિદ્યુતના ઉત્પન્ન કરનારા ચાક પ્રમાણે છે, એમ કહીએ તો ચાલે. એ યંત્રનું ચાક જે પ્રમાણે બ્રશ ઉપર ઘસાય છે તે પ્રમાણે પૃથ્વીનું સૂર્યનાં કિરણો સાથે ઘર્ષણ થઇને તેમાંથી વિદ્યુતશક્તિ પૃથ્વીને પ્રાપ્ત થાય છે.

ઉપરની કલ્પના ઉપર કેટલાક એવી શંકા લેશે કે ઉષ્ણતા અને પ્રકાશ જાસ્તી કે કમી થવાનું કારણ આવા પ્રકારનું છે તો મધ્યાન્હ એટલે બપોરના બાર વાગ્યાનો વખત કરતાં ૨-૩ વાગવાની વખતે ઉષ્ણતા કેમ વધારે હોય છે? એમ થવાનું કારણ એ છે કે પહેલાં ઉત્પન્ન

થએલી ઉષ્ણુતા પૃથ્વી ઉપર રહેલી હોય છે અને તે ઉષ્ણુતાનુ બળ નવીન ઉત્પન્ન થનારી ઉષ્ણુતા ઉપર પડે છે, એટલે એકંદર ઉષ્ણુતા પહેલાં કરતાં અધિક અધિક થાય છે.

" પૃથ્વીના વેગની ગતિનેા પણ આપણા ઉપર પરિણામ થાય છે એમ જણાય છે. દિવસના પૂર્વ ભાગમાં એટલે દિવસના મધ્યાહ્ન કાળ સુધીમાં પૃથ્વી વેગથી ફરતી હોય છે. તેની વિરૂદ્ધ દિશામાંથી આવતાં સૂર્યનાં વિદ્યુતજનક કિરણેા સાથે ઘર્ષણ થાય છે અને તેથી અપર્હ્નકાળ (દિવસનાં પાછલા અરધા ભાગ) કરતાં પૂર્વાહ્નકાળ (દિવસના પ્રથમ અરધા ભાગમાં ) પ્રાણી માત્રને હુશીયારી ને બળ વધારે હેાય છે માટે સર્વે મનુષ્યે દિનચર્યા આ તત્વને અનુસરી કરવી.

જે પ્રમાણે બપેારના બાર વાગ્યા પછી પણ ઉષ્ણુતાનું જોર કંઇ વખત સુધી હેાય છે તેજ પ્રમાણે દિવસના પૂર્વાર્ધમાં આપણા અંગમાં રહેલું બળ અને ઉત્સાહ કંઇ વખત સુધી ટકી રહે છે.

સામાન્ય રીતે ત્રીજે પહેાર થતાં સુધી આપણા અંગમાંની હુશીયારી કમી થયેલી જણાતી નથી. આપણા અંગમાં સવારે જે હુશીયારી હેાય છે તેમાં અને ત્રીજા પહેારમાં આપણા અંગમાં હુશીયારી હેાય છે તે બેની વચ્ચે કેટલેા અંતર હેાય છે વારૂ ? સવારમાં અંગમાં હુશીયારીને બળ વિશેષ હેાય છે તેનું કારણ રાત્રે આવનારી નિદ્રા અને વિશ્રાંતિ છે એમ કેાઇ કહેશે તેા તે તેની ચૂક છે. કારણ એમ હેાય તેા બપેારે સારી પેઠે ઉંઘ લીધા પછી સવારના પહેારમાં જેવું બળ અને હુશીયારી હેાય છે તેવું બળ અને હુશીયારી આવતી નથી એ આપણા સમજવામાં છે. મારી સમજણ પ્રમાણે એનું કારણ, અને પ્રકાશ તથા ઉષ્ણુતા ઉત્પન્ન થવાનું કારણ, એ બંને કારણ એકજ છે. આવી સ્થિતિ છતાં કુદરતના નિયમ વિરૂદ્ધ વર્તન કરવું એ મેાટેા અપરાધ નથી શું ?

હવે ફરી એજ કહું છું કે ઉપર જે મેં કંઇ કહ્યું છે, તે કેવળ

એક તર્ક કિંવા કલ્પના કરીને કહ્યું છે. આમ કરવાનો હેતુ એ છે કે કદાચિત આ પ્રતિપાદન વાંચીને કોઇ આ વિષય સંબંધી વિચાર કરીને આ વાદના ખંડન અથવા મંડન માટે કંઇ નવીન પ્રમાણ શોધી કાઢી પ્રયત્ન કરે.

## રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્રની દૃષ્ટિથી મસ્તક સામુદ્રિક શાસ્ત્રનો વિચાર.

મસ્તકસામુદ્રિકશાસ્ત્રમાં મસ્તકનો આકાર જોઇ મનુષ્યની બુદ્ધિ અને સ્વભાવની પરીક્ષા કરવામાં આવે છે તેથી આ રૂપપરીક્ષાશાસ્ત્રનો અને મસ્તક સામુદ્રિક શાસ્ત્રનો શો સંબંધ છે એ વિષે આ સ્થળે બેચાર શબ્દ કહેવાનું ઉચિત લાગે છે.

મસ્તકસામુદ્રિકશાસ્ત્રમાં એવી વાત ગ્રહણ કરવામાં આવી છે કે મગજનો વિવિક્ષિત ભાગ એ બુદ્ધિના અને મનના વિવિક્ષિત ગુણ અને ધર્મનું સ્થાન છે. આ ઉપરથી એવો સિદ્ધાંત આવ્યો છે કે માથાના વિવિક્ષિત ભાગની વિશેષ વૃદ્ધિ થઇ હોય તો તે મનુષ્યમાં વિવિક્ષિત ગુણ હોવા જોઇએ.

હવે મસ્તકસામુદ્રિકશાસ્ત્રનો પાયો સર્વાંશે શુદ્ધ છે કે નહિ તે પ્રશ્ન આપણે છોડી દઇએ તો પણ આપણે એટલું તો કહી શકીએ કે માથાના આકારમાં વિશિષ્ટ ફેરફાર થતાં બુદ્ધિ ને સ્વભાવમાં પણ તે પ્રમાણમાં કંઇ પણ ફેરફાર થયા સિવાય રહેતો નથી.

નીરોગી મનુષ્યના મગજની સ્થિતિ સામાન્યતઃ એવા પ્રકારની હોય છે કે તેના સવ ભાગની વૃદ્ધિ સરખી રીતે થયેલી હોય છે. અને તેની બુદ્ધિના સર્વ ધર્મ સરખા પ્રમાણમાં હોય છે. પરંતુ જ્યારે મગજના એકાદ ભાગનું પોષણ ઇતર કરતાં જાસ્તી થાય છે ત્યારે બુદ્ધિના એકાદ ભાગનો વિકાસ અન્ય ભાગ કરતાં વિશેષ થાય છે. વિજાતીય દ્રવ્યનો એવો ધર્મ છે કે જે ઇન્દ્રિયમાં તે જાય છે તે ઇન્દ્રિયમાં પ્રથમ વિશેષ ચાલાકી ઉત્પન્ન થાય છે. આ વાત જે છોકરાનાં મસ્તકમાં નાનપણમાં વિજાતીય દ્રવ્યનો પ્રવેશ થાય છે તે છોકરાં નાનપણમાં વિશેષ ચાલાક અને બુદ્ધિવાન જણાય છે તે ઉપરથી સાબીત થાય છે. તથાપિ આ વિજાતીય દ્રવ્યથી તે ઇન્દ્રિયના વિકાસને આગળ જતાં પ્રતિબંધ થાય છે. અનુભવ ઉપરથી એમ કહી

શકાય છે કે જેમના શરીરમાં પુરઃસ્થ (આગળના ભાગમાં) મળસંચ
હેાય એવા લેાકેામાં સામાન્ય રીતે પરેાપકાર, શ્રદ્ધા, આશા, ઇત્યાદિ ગુણ
વિશેષ જોવામાં આવે છે. કારણ મસ્તકસામુદ્રિકશાસ્ત્રના મત પ્રમાણે અ
ગુણનું સ્થાન મગજનેા આગળનેા ભાગ છે. તેજ પ્રમાણે જે લેાકન
શરીરમાં કેવળ આગલા ભાગમાં સંચય વિશેષ હેાય છે તે લેાકેાને મં
ળીમાં મળી જવાનું બહુ આવડે છે, અને લેાક મત ફેરવવાની કળા પણ
તેવાજ લેાકેામાં વિશેષ હેાય છે. તેનાથી ઉલટી રીતે એવું છે કે જે લેાકન
પૃષ્ટસ્થ (પાછલા ભાંગમાં) સંચય હેાય છે તે લેાકેાને જે ધંધામાં લેાકે
સાથે પેાતાનેા વિશેષ સંબંધ હેાય એવેા ધંધેા કે ઉદ્યેાગ ફાવતેા નથી
અને કંઇ અનિવાર્ય કારણથી આવેા ધંધેા કે ઉદ્યેાગ કરવાની તેમને જરૂ
પડે તેા તેમના જીવને એ ધંધેા જોઇએ નહિ એવું લાગ્યા વિના રહેતું નથી

કેટલાક લેાકેાના માથાના એકજ ભાગનેા વધારેા વિશેષ થયાન
ઉદાહરણેા મસ્તક સામુદ્રિકશાસ્ત્રજ્ઞેાના જોવામાં આવે છે. પરંતુ તે
થવાનાં વિશેષ કારણ શાં છે તે તેમના જાણવામાં નથી. તથાપિ રૂપ
પરીક્ષાશાસ્ત્ર ઉપરથી તેમને સમજાશે કે ઉપરની વાતનું કારણ શરી
રના તે તે ભાગમાં સંચય થએલાં વિજાતીય દ્રવ્ય છે. મગજમાંથ
આ દેાષ નીવારવાનેા માર્ગ કહીએ તેા એ દ્રવ્યેાને શરીરમાંથી કાઢ
નાંખવાં એજ છે. જે લેાકેાને મગજની એકદેશીય વૃદ્ધિથી ખિન્નતા
નિરૂત્સાહ, આત્મહત્યા કરવાની ઇચ્છા, ઇત્યાદિ માનસિક વિકાર હેાય
છે, અને જેના પડ વિકાર ઘણા પ્રબળ હેાય છે, એવા લેાકેાએ ઉપ
રના માર્ગનું અવલંબન કરવું એ વાત અત્યંત મહત્વની છે. આવ
પ્રકારની સ્થિતિ થવાનું કારણ આપણા ખાનપાનની અને રહેણી કરણીન
રીતભાતજ છે. આવા લેાકેાએ એ વાત લક્ષમાં રાખવી જોઇએ
આપણા આહાર વિહારમાં યેાગ્ય સુધારણા આપણે કરીએ તેા એ
દેાષ દૂર થઇ શકે છે, એ વાત સમજુ લેાકેાએ ધ્યાનમાં રાખી તે
પ્રમાણે લેાકાચારમાં મૂકવાનેા પ્રયત્ન કરવેા જોઇએ.